

CARNE EN SALSA DE JITOMATE

INGREDIENTES

- 175 gr de maciza de res.
- 1 jitomate bola en puré.
- 1 taza de caldo de res.
- ½ taza de agua.
- Ajo en polvo.
- Cebolla en polvo.
- ½ cucharadita de chile en polvo.
- ½ cucharadita de pimienta negra.
- 1 pizca de sal.
- 2 chiles cuaresmeños sin semillas y picados.

VALOR NUTRICIONAL
Kcal 322.55

PREPARACION

En un tazón mediano agrega el agua, el vino tinto, el ajo y las hojuelas de chile y mezcla perfectamente. Coloca las tiras de pollo y deja marinar 20 minutos. Inserta el pollo en los palitos de madera, baña las brochetas con el aceite de oliva, cocina en un sartén a fuego medio hasta que estén bien cocidas, sirve calientes.