



Tortillas con pollo, maíz y frijoles



Categoría
Carne



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Fácil



Custo
Económico




Com quem?
Con la familia



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

 2dl + 1dl de Gallo Aceite de Oliva Clásico

- 4 tortillas
- 200g de pollo cocido desmenuzado
- 150g de frijoles rojos cocidos
- 100g de maíz dulce
- 100g de mezcla de lechugas
- 200g de guacamole
- 50g de rábanos rallados
- Para el guacamole:
 - 2 aguacates
 - 50g de cebolla
 - 20g de guindillas rojas
 - 1 lima
 - 5g de perejil
 - 20g de tomates
 - Sal, al gusto
 - Pimenta, al gusto

Modo de preparación

1

Calentar las tortillas en una sartén antiadherente, aproximadamente 1 minuto por cada lado.

2

Colocar en un plato y poner encima la ensalada aliñada con Gallo Aceite de Oliva Virgen Extra.

3

Después colocar el maíz, los frijoles rojos, el pollo, los rábanos y un poco de guacamole.

4

Completar con un chorrito de Gallo Aceite de Oliva Virgen Extra.

5

Servir las tortillas abiertas.

6

Para el guacamole:

7

Corta los aguacates y quita la semilla. Con una cuchara, retire la pulpa del aguacate y aplaste en un bol.

8

Agrega la cebolla picada, las guindillas en trozos pequeños, los tomates en cubos y el perejil picado.

9

Mézclalos todos juntos.

10

Agrega el Gallo Aceite de Oliva Virgen Extra y el jugo de lima, sazona al gusto con sal y pimienta y mezcla bien.

Produtos utilizados



Clássico

Aceite de Oliva Virgen Extra

Veja também

 Carne  Rápido  Fácil

Pizza de presunto com rúcula

 Carne  Médio  Fácil

Salada de entrecôte com arroz vermelho, manga e tomate

 Carne  Médio  Fácil

Espetadas de frango com molho de amendoim

 Carne  Demorado  Fácil

Perna de cabrito em crosta de ervas

 Carne  Demorado  Fácil

Perna de borrego no forno com chalotas e cogumelos



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide