

# One Pot Chimichanga

## con Pico de Gallo y Crema



🕒 30 minutos

📊 Media

🏷️ Sabores de México

🏷️ Alta en Proteínas

Las chimichangas son como burritos, pero a la sartén, sin horno. Esta versión a base de plantas está llena de choclo dulce, porotos negros ricos en proteínas, condimento para tacos, cebolla de verdeo y queso cheddar de almendras derretido. Una salsa pico de gallo fresca, llena de tomates frescos, ajo y jugo de lima, se sirve junto con crema.

Contiene: Frutos secos • Gluten

Producido en instalaciones que procesan nueces, sésamo, maní, trigo, lácteos y soja.

## Ingredientes en la caja



crema de almendras  
80 gr



cheddar de almendras  
100 gr



tortillas de trigo  
4 un



diente de ajo  
1 un



tomate  
250 gr



lata de choclo  
1 un



lata de porotos negros  
1 un



condimento de tacos  
1 cda



lima  
1 un



cebolla de verdeo  
1 un

**Nutrición por porción:** Calorías 830 kcal, Grasas 44 g, Carbohidratos 90 g, Proteínas 27 g

- Algunos ingredientes pueden venir juntos en la misma bolsa para mayor comodidad al momento de cocinar.
- Ingredientes listados para 2 porciones - si estás preparando 4 porciones, recibirás el doble de ingredientes. Las indicaciones para 4 porciones están expresadas entre paréntesis en el paso a paso de la receta.

## Ingredientes en casa

- ✓ Sal
- ✓ Aceite de oliva extra virgen
- ✓ Pimienta

## Utensilios

- ✓ Sartén
- ✓ Bowl x 2

Comé más plantas. 🌱

# One Pot Chimichanga

## con Pico de Gallo y Crema



### 1 – PREPARÁ LOS INGREDIENTES

- Lavá los **productos frescos**.
- Descartá la raíz y cortá la **cebolla de verdeo** en rodajas finas, manteniendo la parte verde oscura separada de la parte más clara. TIP: si la cebolla de verdeo es muy grande, puede que no la necesites usar toda. Usá según tu gusto.
- Rallá el **queso cheddar de almendras**.
- Exprimí 1 (2) cucharada de **jugo de lima** en un bowl mediano.
- Ecurrí y enaguá el **choclo**.

Cocinando para  
**4**

Si estás cocinando el plan de 4 porciones, seguí las indicaciones que están entre paréntesis en cada paso, y usá bowls, ollas y sartenes más grandes de ser necesario.

### 2 – COCINÁ LOS AROMÁTICOS

- Calentá 1 (2) cucharada de aceite en una sartén a fuego medio-alto. Agregá las partes blancas y verdes más claritas de **cebolla de verdeo** y cociná, revolviendo, hasta que se ablande, aproximadamente 2 minutos.
- Agregá todo el **condimento para tacos** y cociná, revolviendo, hasta que esté fragante, aproximadamente 30 segundos.

### 3 – AGREGÁ LOS POROTOS Y EL CHOCLO

- Agregá los **porotos** y  $\frac{1}{4}$  ( $\frac{1}{2}$ ) taza de agua. Dejá hervir a fuego lento y cociná, revolviendo ocasionalmente, hasta que espese y el líquido se evapore, aproximadamente 4 minutos.
- Retirá del fuego y agregá el **choclo** y las rodajas más oscuras de **cebolla de verdeo** (excepto 2 (4) cucharadas, las cuales vas a usar en el paso 4). Sazoná a gusto con sal y pimienta. Dejá enfriar un poco: este es tu **relleno**.

### 4 – HACÉ EL PICO DE GALLO Y LA CREMA CÍTRICA

- Picá los **tomates** en pedazos de 1  $\frac{1}{2}$  cm.
- Pelá y rallá finamente 1 (2) cucharadita de **ajo**.
- En el bowl con el **jugo de lima**, agregá los **tomates picados**, el **ajo rallado** y las 2 (4) cucharadas de **cebolla de verdeo** reservadas. Sazoná a gusto con sal y pimienta y revolvé para combinar: este es tu **pico de gallo**.
- Agregá la **crema de almendras** a un bowl chico y exprimí por encima el **jugo de lima** restante a gusto, revolvé para combinar: esta es tu **crema cítrica**.

### 5 – RELLENÁ LOS CHIMICHANGAS

- Colocá 4 (8) **tortillas** en tu superficie de trabajo. Dividí el **relleno** de manera uniforme entre las tortillas y extendé en un cuadrado de 12cm en el centro de cada una.
- Cubrí con **queso cheddar**, luego doblá los lados de cada tortilla y enrollá bien en un cilindro, como un burrito.
- Enjuagá y secá la sartén. Calentá  $\frac{1}{2}$  cm de aceite en la misma sartén a fuego medio-alto hasta que brille (si estás cocinando el plan de 4 porciones, podés trabajar en dos tandas de 4 chimichangas cada una).

### 6 – FREÍ LAS CHIMICHANGAS, SERVÍ Y DISFRUTÁ

- Agregá las **chimichangas** al aceite, con la costura hacia abajo. Bajá inmediatamente el fuego y cociná a fuego medio, volteando ocasionalmente, hasta que se dore por completo, de 5 a 7 minutos.
- Si la costura se deshace después de girar, colocá los rollos lo suficientemente cerca para que se ayuden entre sí a permanecer cerrados.
- Transferí, con la costura hacia abajo, a una servilleta de papel para que absorba el excedente de aceite.
- Cortá las **chimichangas** a la mitad y servilas con **pico de gallo** y **crema cítrica** ¡y a disfrutar!

