



## GUISO DE CALABAZA

 Porciones: 4  Tiempo de preparación 45 minutos

 Comida

### INGREDIENTES

- 550 gramos de calabaza
- 2 papas
- 3 zanahorias
- 1 pimiento verde
- 1 pimiento rojo
- 3 dientes de ajo
- 1 cebolla
- 1 tomate
- 1 lata de garbanzos cocidos
- 2 cucharaditas de pimiento dulce
- Pimienta al gusto
- 1 cucharadita de comino
- Cilantro fresco al gusto (opcional)
- Margarina con sal La Villita
- 3 tazas de agua o caldo de verduras

## MODO DE PREPARACIÓN

Esta receta se disfruta mucho para estas tardes de lluvia, son una delicia para toda la familia.

Pelamos y cortamos la cebolla, el ajo y los pimientos y los pochamos en una cazuela honda con un poco de margarina (una cucharadita). Pelamos y cortamos en la zanahoria en rodajas, y cortamos las papas en cubos pequeños. Agregamos a la cazuela junto a la calabaza y el tomate, cortados en trozos. Vertemos el agua o el caldo de verduras y condimentamos con las especias.

Dejamos cocinando a fuego medio-bajo durante unos 40 minutos o hasta que la calabaza esté tierna. Agregamos los garbanzos y el cilantro al guiso y seguimos cocinando unos 5-10 minutos más.

¡Servimos nuestro guiso de calabaza y garbanzos caliente y recién hecho! Si lo deseas, decora con unas hojitas de perejil y agrega el sabor de tu queso preferido de La Villita.

---

 LaVillitaMX  @LaVillita