






SOPES DE POLLO

 Porciones: 6  Tiempo de preparación 20 minutos

 Cena  Comida  Desayuno

INGREDIENTES

- 1 pechuga de pollo cocida y deshebrada
- 1 cebolla picada
- 2 cucharadas de cilantro picado
- 1 jitomate picado
- 3 tomates verdes picados
- 2 tazas de frijoles molidos
- 2 tazas de lechuga lavada, desinfectada y picada
- 1 taza de crema
- Queso fresco La Villita
- Sal al gusto
- Margarina sin sal La Villita
- 1/2 kg de masa de maíz para tortillas

MODO DE PREPARACIÓN

Unos sopecitos no se le niegan a nadie, te enseño a prepararlos con mi rica receta.

En una cacerola con margarina sin sal La Villita, acitronamos la cebolla, agregamos el jitomate y el tomate; cuando comiencen a cambiar de color incorporamos el pollo y el cilantro, revolvemos y retiramos para reservar.

Batimos la masa con las manos, agregamos un poco de sal y amasamos hasta lograr una mezcla homogénea (si es necesario, salpícale un poco de agua).

Tomamos porciones para formar tortillas del tamaño de la palma de nuestra mano y de 1 cm de grosor. Las cocinamos en un comal caliente y con mucho cuidado les pellizcamos la orilla para formar un borde.

Ahora freímos los sopos con un poco de margarina sin sal La Villita, les untamos frijoles y antes de que doren; los ponemos en un plato.

Encima distribuimos el pollo, el queso fresco La Villita, la crema, la lechuga y la salsa. Y ahora sí, estamos listas para disfrutar.