

ANTIPASTI E SNACK

Fajitas messicane: un'esplosione di sapori in tavola

LUOGO: Nord America / Messico

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

NOTE: + 60 MINUTI DI RIPOSO



Fajitas tex-mex fatte in casa: pollo, manzo e un tocco di lime per un'esperienza gastronomica unica. Perfette con panna acida e avocado.

INGREDIENTI PER ACCOMPAGNARE LE FAJITAS

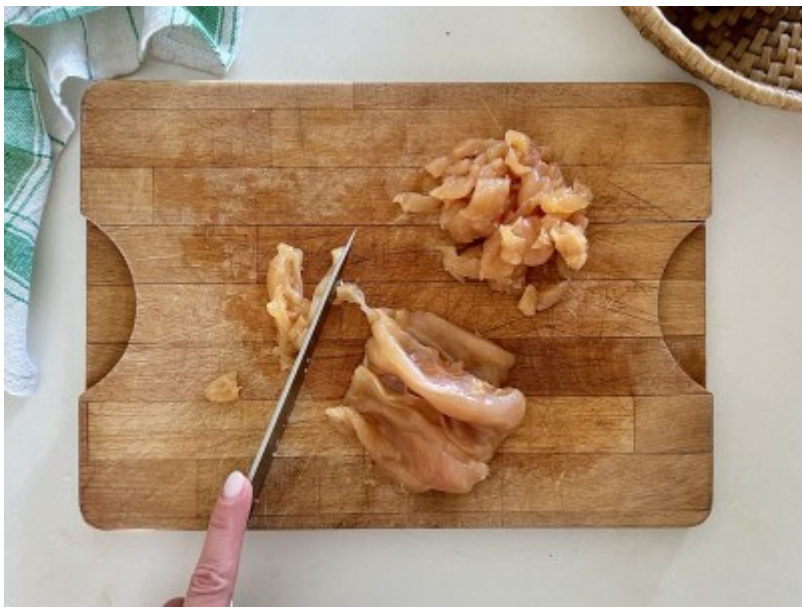
AVOCADO

PANNA ACIDA

COME SI FANNO LE FAJITAS

- 1 Ripulisci le fettine di manzo e il petto di pollo da eventuali callosità, poi tagliale a straccetti sottili. Metti la carne in una ciotola e aggiungi il coriandolo o il prezzemolo tritato, i semi di cumino, un pizzico di sale.

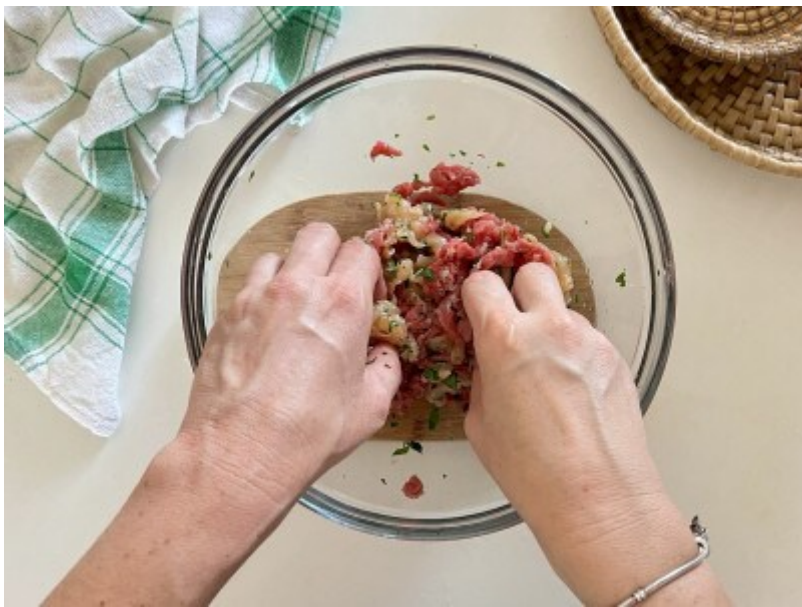






- 2 Aggiungi il peperoncino, la scorza e il succo di un lime. Mescola bene con le mani per insaporire. Versa la birra, copri la ciotola e fai marinare in frigorifero per 1 ora.





3 Nel frattempo, pulisci i peperoni eliminando semi e filamenti e tagliali a listarelle sottili.

Affetta la cipolla a velli sottili. In una padella, scalda un filo d'olio e fai rosolare le verdure per circa 10 minuti, aggiustando di sale.







4 Scola la carne dalla marinata e aggiungila nella padella con le verdure. Rosola a fiamma vivace, poi sfuma con la salsa Worcestershire. Cuoci per altri 5-7 minuti, mescolando di tanto in tanto, e spegni il fuoco.





5 Scalda le tortillas in una padella antiaderente per pochi secondi su entrambi i lati. Spalma un sottile strato di panna acida al centro di ogni tortilla. Schiaccia l'avocado e aggiungi un po' di polpa sopra la panna acida. Completa con la carne e le verdure. Chiudi le fajitas ripiegando prima un lato e poi l'altro.





6 Servi le fajitas calde e gustale con le mani o, se preferisci, con forchetta e coltello.



FAJITAS DI POLLO E MANZO CON VERDURE SPADELLATE

Le **fajitas** sono il piatto perfetto per chi cerca un'esperienza conviviale e colorata. Originarie della tradizione tex-mex, combinano carne marinata, **verdure grigliate** e tortillas di grano. Facili da preparare e irresistibili da gustare, queste fajitas saranno protagoniste della tua tavola, portando con sé tutto il sapore del Messico.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Marinatura perfetta: lascia riposare la carne almeno un'ora per un sapore più intenso. Puoi utilizzare la birra avanzata per sfumare la carne in cottura.

Spreco alimentare: usa peperoni e cipolle che hai già in frigo. Le tortillas avanzate si possono

trasformare in chips croccanti.

Varianti: sostituisci il pollo o il manzo con tofu per una versione vegetariana o aggiungi gamberi per un tocco di mare.

COME SI CONSERVANO LE FAJITAS

Puoi conservare la carne cotta e le verdure in frigorifero, in un contenitore ermetico, per un massimo di 2 giorni. Riscaldale in padella prima di servire. Le tortillas si mantengono morbide se coperte con un panno umido.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Burritos: un'alternativa avvolgente e saporita con ripieno ricco.

Guacamole fatto in casa: il perfetto accompagnamento per ogni piatto tex-mex.

Tacos vegetariani: leggeri e freschi, perfetti per l'estate.