

Caldo de Tortilla a la Rosita

De la cocina de Rosita Arreguin, San Antonio

Tiempo de preparación: 20 minutos

Número de porciones: 8

Ingredientes:

6 tazas de agua

2 tomates medianos cortados

½ cebolla mediana, cortada

4 ramitas de cilantro en trocitos

2 chiles Serranos, cortados

½ lata de pasta de tomate

¾ taza de queso mozzarella rayado

6 tortillas de maíz cortadas en cuadritos

Sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. Hierva el agua. Agregue el tomate, el cilantro, el chile, la cebolla y la pasta de tomate a el agua hirviendo.
2. Cocine por 15 minutos a llama mediana, revolviendo frecuentemente. No tape totalmente la olla. Dèjela un poquito destapada para que no se tire.
3. Ponga los cuadritos de tortilla en el horno por 1-2 minutos.
4. Agregue las tortillas y el queso al caldo justo antes de servir. Agregue sal y pimienta, al gusto.

Información nutricional por porción:

GRASA: 30% (bajo)

FIBRA: 2 gramos (alto)

CALORIAS: 125



DICHO/CONSEJO

Use queso bajo en grasa para evitar el exceso de grasa.