



Taco de ternera estilo México con queso

acompañado de ensalada fresca de maíz y tomate

Familia Fácil y rápido Picante opcional

Cocinando: 20 min • Listo en: 20 min

5



Tomate



Mix de especias mexicanas



Mezclum



Maíz dulce



Carne de ternera picada



Tortillas mexicanas



Lima



Queso rallado



Chili en escamas



Tomate concentrado

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, colador, sartén, ensaladera.

Ingredientes

	2P	4P
Tomate	2 unidades	4 unidades
Mix de especias mexicanas	1 sobre	2 sobres
Mezclum*	½ unidad	1 unidad
Maíz dulce	140 gramos	280 gramos
Carne de ternera picada* 14)	250 gramos	500 gramos
Tortillas mexicanas 13)	6 unidades	12 unidades
Lima	1 unidad	1 unidad
Queso rallado* 7)	60 gramos	120 gramos
Chili en escamas	1 sobre	2 sobres
Tomate concentrado	30 gramos	60 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	443 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2602/ 622	588/ 141
Grasas (g)	21,2	4,8
de las cuales saturadas (g)	11,2	2,5
Carbohidratos (g)	45,9	10,4
de los cuales azúcares (g)	11,8	2,7
Proteínas (g)	42,5	9,6
Sal (g)	1,8	0,4

Alérgenos

7) Leche **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app
para evaluar la receta.



1



Prepara los vegetales

Precalienta el horno a 220°C. Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Corta el **tomate** en cubitos pequeños. Escurre el **maíz** con ayuda de un colador. En una sartén, agrega un chorrito de **aceite** junto con el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore.

3



Prepara los tacos

Coloca las **tortillas mexicanas** en una bandeja de horno con papel de horno y hornea 2-3 min. Cuando estén tostadas, reparte la **carne picada** con **tomate** sobre las **tortillas** y espolvorea el **queso rallado** encima. Hornea durante 3-4 min, hasta que el **queso** se derrita. Mientras tanto, corta la **lima** en gajos.

2



Cocina la carne y las verduras

Luego, añade a la sartén las **especias mexicanas** y cocina 1 min. Agrega la **carne picada** y cocina 4-5 min, removiendo para que la **carne** se desmenuce. Luego, añade el **tomate concentrado** (ver cantidad en ingredientes) y la mitad del **maíz** y del **tomate cortado**, cocina a fuego medio-bajo 4-5 min.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.

4



Emplata y disfruta

En una ensaladera, mezcla un chorrito de **aceite**, un chorrito de zumo de **lima**, **sal** y **pimienta**. Luego, agrega la mitad del **mezclum** (doble para 4p) y el **maíz** y **tomate cortado** restante, mezcla todo bien. Sirve los **tacos** junto con la **ensalada** y una rodaja de **lima**. Agrega **chili en escamas** al gusto sobre los **tacos**.

¡Que aproveche!