

ALIMENTACIÓN Y CULTURA.

UNIDAD IV
NUTRICIÓN



1ºA

Maestra: Julibeth Martinez Guillen.
Alumna: Karol Figueroa Morales

MIXIOTE

Platillo tradicional de mi familia.

INGREDIENTES:

- Chile ancho
- chile guajillo
- Ajo
- Cebolla
- Clavo
- Pimienta negra chica
- Tomate
- Vinagre
- Hoja de aguacatillo
- Aceituna al gusto
- Laurel
- Tomillo
- Carne de pollo/ Res/ puerco (de lo que puede ser)

PROCEDIMIENTO:

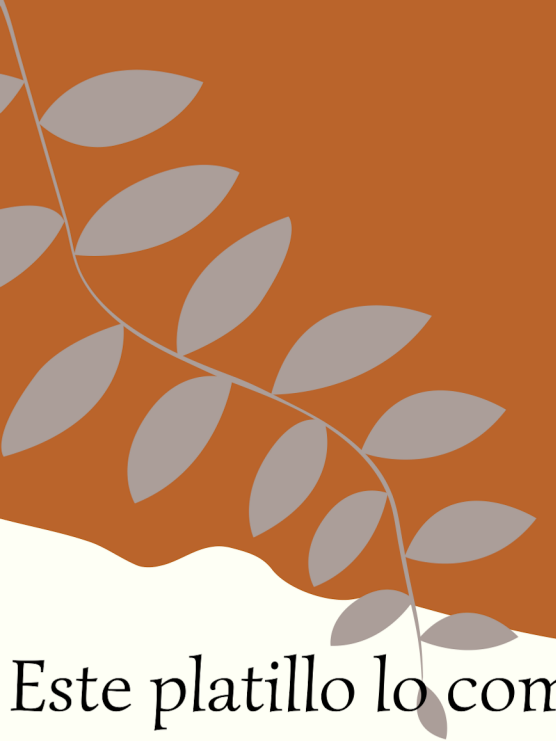
El tomate, cebolla, pimienta negra chica, con un poco de vinagre y agua, va licuado, el ajo va licuado y va a depender de la cantidad a preparar al igual que la sal. (Salsa)

Se envuelve en la bolsa de mixiote o hoja para mixiote, adentro de dicha bolsa va la carne, va cruda y se cose con el guiso. El tomillo y el laurel y la hoja de aguacatillo va en la bolsa con la carne y el caldo.

Va al vapor (en vaporera).

Puede ir acompañado de arroz, frijol molido y una salsa verde.





Este platillo lo comemos con mi familia en ocasiones especiales, pero normalmente siempre es en algún cumpleaños, pero cumpleaños grande, también en navidad o año nuevo, este platillo solo lo prepara mi abuelita ya que para ella es especial, ella dice que el ingrediente secreto es el amor y el cariño cuando lo prepara.

Este platillo se originó al sur de la Altiplanicie Mexicana (Estado de México, Tlaxcala, Puebla, Hidalgo y Querétaro).



Fuente externa: mi abuelita.