



TOSTADAS DE PATA



4 porciones

❖ Ingredientes

- 300g de pata de res
- 1 taza de cebolla morada fileteada (en tiras)
- 1/2 taza de vinagre blanco
- Orégano al gusto
- Sal y pimienta negra al gusto

Para las tostadas

- 8 tortillas de maíz deshidratadas

Para servir

- 2 tazas de lechuga en tiras
- 3 jitomates en rebanadas
- Salsa verde picante

❖ Procedimiento

1. Corta la pata en pedazos pequeños
2. Mezcla la pata con cebolla y vinagre. Condimenta y dejar reposar en refrigeración.
3. Para servir, pon en cada tortilla deshidratada una cama de lechuga, jitomate rebanado y la mezcla de pata.
4. Sírvela inmediatamente para evitar que se remoje.
5. Acompaña con salsa verde picante

Nutrientos	Por porción
Calorías (kcal)	70
Carbohidratos (g)	26.5
Proteínas (g)	8
Lípidos (g)	4
Fibra (g)	3