

Burritos VQTQC - 2ºPlato

Elaborado por Violeta del Sastre García Inf 4ª y su padre Antonio y su madre Paula

Ingredientes: 20 burritos

1. Pisto:

- 1 Kg tomate pelado maduro con mucha pulpa.
- 1 1\2 pimiento rojo.
- 1 1\2 cebolla.
- 1 calabacín.
- 1 berenjena.
- 3 zanahorias.
- Aceite de oliva VE.
- Sal.
- Pimienta.
- Comino. (opcional)
- Cilantro fresco. (opcional)

2. 1 Kg de pechugas de pollo.

3. 20 tortillas mexicanas.

Elaboración:

Hacer el pisto picando las verduras muy finas a fuego lento. Dejarlo muy reducido de líquido para que el burrito se pueda montar.

Si tenemos tomates frescos bien maduros con mucha pulpa la receta es mejor, pero no siempre son fáciles de conseguir. Sustituyendo con **800g de tomate entero pelado de lata** y **80g de tomate concentrado** el resultado es bueno también.

Cortar el pollo en tiritas finas, salpimentar y saltearlo a la plancha.

Incorporar el pollo al pisto y dar un hervor junto.

Calentar las tortillas en el microondas y dejarlas tapadas con un trapo húmedo para que no se sequen.

Montar los burritos sin pasarse de relleno para que sea más sencillo de comer. Para niños es recomendable montarlos dejando un pliegue cerrado en la parte de atrás. Mi hija de 4 años lo come montado ella sola con las manos con un poco de cuidado. Si no, para los más pequeños se les puede servir la tortilla por una parte como si fuera pan y el resto para tomar con cuchara en un plato.

