

Tacos Veggie con Setas en Tempura



Los tacos son uno de los platos más populares de la gastronomía mexicana. Normalmente son de tortilla de maíz, aunque en el norte de México suelen hacerlos de harina de trigo, pero sea cual sea la tortilla, lo que va en su interior hace de este plato uno de los más ricos.

Los tacos se rellenan básicamente de carnes de cerdo o de ternera. Hay de diferentes tipos: al pastor, cochinita, carnitas y de barbacoa, entre otros. Para aquellos que su dieta es "free" de carne les ofrecemos los de setas en tempura, otra opción de relleno para disfrutar de los tacos.

El "crunch" de las setas con la suavidad del aguacate y el toque picante de la mayonesa de chipotle hacen de esta receta un verdadero manjar para los sentidos.

Ingredientes:

- Setas
- Ajo en polvo
- Cebolla
- Rábano
- Aguacate
- Cilantro
- Sal
- Tortillas de maíz
- Panko
- Agua mineral
- Aceite de girasol
- Mezcla para tempura
- Lima
- Mayonesa de Chipotle



Paso a paso:

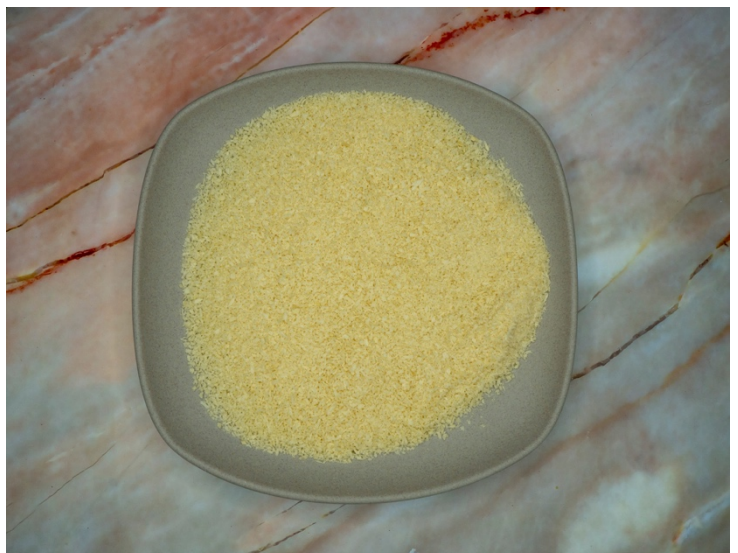
- 1- Lava y seca las setas. Agrégales la sal y el ajo y mézclalo bien.



- 2- En un bol, coloca la mezcla para tempura y añade ½ taza de agua mineral hasta obtener una mezcla espesa. Deja reposar en la nevera unos 10 o 15 minutos.



- 3- En un recipiente pon el panko.



- 4- Corta la cebolla y los rábanos en láminas.



- 5- Pela y corta el aguacate en láminas.



- 6- Después que la mezcla de tempura haya reposado, remoja las setas en ella.



- 7- Luego vierte las setas en el panko y cúbre las por completo.



- 8- Pon abundante aceite a calentar en una sartén o freidora y fríe las setas hasta que estén doradas. Déjalas escurrir sobre papel de cocina para que absorba el aceite.



- 9- En una sartén a fuego medio-alto pon a calentar las tortillas por 20 segundos por cada lado. Para que se conserven calientes, cúbre las con un trapo limpio.



10- Corta el limón en cuartos. Sirve sobre cada tortilla algunas setas, laminas de aguacate, cebolla y rábano, un poco de cilantro troceado y la mayonesa de chipotle. Si quieres le pones unas gotas de lima a cada taco y a disfrutar.

