



## Tostadas francesas

Porción: 2 personas

### Ingredientes:

- 4 lascas del pan de tu preferencia
- 2 huevos batidos
- 1 ctda. canela en polvo
- 1 ctda. vainilla
- 1 ctda. azúcar morena
- 2 oz. leche
- 2 cdas. mantequilla

### Procedimiento:

Bate los huevos y añádeles leche, canela, azúcar y vainilla. Pasa las lascas de pan por la mezcla. Precalienta a fuego mediano la sartén con mantequilla y coloca el pan hasta dorarlo por ambos lados. Sirve con sirope de *pancakes* o miel.

Cada uno  
come por  
**\$1.04**



Cada uno  
come por  
**\$0.79**

## **Hummus con chorizo y tostadas de pan pita**

Porción: 4 personas

### **Ingredientes:**

2 tazas garbanzos  
4 oz. aceite de oliva  
1 chorizo cortado en cuadritos  
2 cdas. cebolla en cuadritos  
Sal y pimienta al gusto

### **Procedimiento:**

En un procesador de alimentos, coloca los garbanzos y mientras se van triturando, agrégalos poco a poco el aceite de oliva. Luego, echa la mezcla en un recipiente y añádele los pedacitos de cebolla y el chorizo en cuadros. Ajusta los sabores con sal y pimienta a tu gusto. Para tostar el pan pita, colócalo sobre una sartén caliente a fuego mediano y deja dorar por ambos lados. Corta en triángulos y sirve con el *hummus*.



## Serenata de bacalao

Porción: 4 personas

### Ingredientes:

- 1 lb. filete de bacalao
- ½ cebolla cortada en cuadritos
- 1 pimiento en cuadritos
- 4 huevos
- 1 tomate en cuadros medianos
- 1 aguacate
- 2 cdas. cilantro picadito
- 2 oz. aceite de oliva
- 2 cdas. vinagre
- Sal y pimienta al gusto

### Procedimiento:

Debes desalar el bacalao: déjalo por varias horas en agua y durante el proceso, cámbiala tan frecuentemente como sea necesario. En un envase, coloca todos los ingredientes y mézclalos bien. Añade pimienta a tu gusto y sal, de ser necesario.

Cada uno  
come por  
**\$1.35**



Cada uno  
come por  
**\$1.12**

## Chicharrones de pollo

Porción: 4 personas

### Ingredientes:

3 lbs. caderas sin hueso  
1 cda. orégano  
2 cdas. aceite de oliva  
3 tazas harina de todo uso  
10 oz. aceite de freír  
Sal y pimienta al gusto

### Procedimiento:

Precalienta una sartén con aceite de freír. Adoba las caderas con sal, pimienta y orégano, y añádeles aceite de oliva. Pasa el pollo por la harina y luego fríelo a fuego mediano hasta que esté bien doradito.



Cada uno  
come por  
**\$1.48**

## Quesadillas de queso Gouda ahumado

Porción: 2 personas

### Ingredientes:

4 plantillas de trigo medianas  
10 oz. queso Gouda ahumado  
1 cda. aceite de oliva

### Procedimiento:

Precalienta a fuego mediano la sartén con aceite de oliva. Coloca una plantilla en la sartén y ponle encima queso. Acomoda otra plantilla sobre el queso y dale vueltas a la quesadilla en la sartén hasta que doren las plantillas y el queso se derrita. Corta en forma triangular y sirve caliente.