



Merkén SpA

Charquicán

RECETAS 

Ingredientes:

- 250 gramos de posta de res.
- 750 gramos de papas.
- 700 gramos de zanahorias
- 250 gramos de porotos verdes.
- 700 gramos de zapallo.
- 1 diente de ajo.
- 250 gramos de choclo desgranado fresco o congelado.
- 200 gramos de cebolla.
- 250 gramos de arvejas frescas o congeladas.
- 1 cucharada de ají color.
- 1 pizca de comino.
- 1 pizca de orégano.
- 1 pizca de sal.
- 1 pizca de pimienta.



Merkén SpA

Preparación:

RECETAS 

1. En un poco de agua cocer las papas peladas, el zapallo, la zanahoria, las arvejas y el trozo de carne entera.
2. Una vez cocida la carne, retirarla de la olla y picarla fina. En seguida sofreírla en un poco de aceite con el ají color hasta que quede bien dorada. Luego agregar la cebolla, el comino, el orégano, el ajo, la sal y pimienta. Todo este "pino" echarlo a la olla donde se están cocinando las papas y el resto de verduras.
3. Añadir el choclo a la olla y dejar cocinar a fuego suave. Si está muy seco agregar un poco de agua.
4. Servir con un huevo frito por encima.