

Imprima esta receta en cartulina de 8.5 "X 11", usando su impresora de escritorio, corte a lo largo de la línea punteada, luego doble por la mitad.

La receta puede caber en una caja de 6 "X 4" para uso futuro.

¡Si no usa Mi Sofrito Rico™ no podemos garantizar que su comida tenga un sabor increíble!
Entonces ... No pruebe estas recetas con otras marcas de Sofrito. ¡No funcionará!

Marinar 101

Marinar carnes al estilo latino

Ingredientes:

Aceite vegetal

Mi Sofrito Rico™

El Sazón de Marín™

Sal marina

Polvo de ajo

Cebolla en polvo

Hojuelas de orégano

Pimienta negra molida

Med. a Lrg. bolsas de plástico

(Use bolsas de plástico del departamento de verduras en su supermercado.)



Chuletas de pollo marinadas aún no cocinadas.

(Se muestran 2 libras de carne)



Las mismas chuletas de pollo crudas, colocadas en una bolsa de plástico grande.

www.MarinLatinFoods.com



DOBLEZ

DOBLEZ



~ ¡Que lo disfrutes con salud! ~



www.MarinLatinFoods.com

Al preparar

Revuélvela la marinada hasta que esté completamente mezclada.

En un tazón mediano, combine: 1/2 taza de aceite vegetal (no para picar carne), 3 cucharadas de **Mi Sofrito Rico™**, 3 cucharadas de **El Sazón de Marín™**, Añade sal marina a tu gusto, 1 cucharada de ajo en polvo, 1 cucharada de cebolla en polvo, 1 cucharadita de hojuelas de orégano, 1 cucharadita de pimienta molida fresca.

Prepara la marinada:

• Chuletas de pollo (así como, enteras o en partes) - Lave el pollo en 1 parte de vinagre blanco, 2 partes de agua y luego enjuague.

• Carnes rojas (chuletas de cerdo, costillas, filetes, cabra, venado, ternera, cordero, NO PICAR CARNE): siga la preparación de la chuleta de pollo.

• Cualquier pescado o camarón - Remoje en 1 parte de jugo de limón o lima, 1 parte de agua durante 30 minutos y luego enjuague.

• Picar carne (para albóndigas, salsa de espagueti, salsa marrón, tacos, etc.) - Use 3 libras de carne para los ingredientes anteriores.

NO lave la carne. Simplemente agregue los ingredientes (menos el aceite vegetal) de arriba.

Coloque su elección de carne, aves o pescado en la bolsa de plástico grande, vierta su adobo, retire la mayoría del aire, ate la bolsa sin apretar, luego masajee los ingredientes en los elementos de la bolsa. Una vez todo se ha mezclado bien, coloque la bolsa en el refrigerador durante un mínimo de 2 horas, preferiblemente durante la noche.

NOTA: El vinagre se usa para eliminar el sabor a pollo y sangre antes de cocinar.

Se utiliza jugo de limón o lima para realzar el sabor al cocinar.