



TINGA VEGETARIANA 4 porciones

Ingredientes:

- 1 cucharada de aceite vegetal
- ½ cebolla fileteada
- 1 taza de zanahoria rallada
- 2 tazas de setas fileteadas
- Sal al gusto
- 3 jitomates
- 2 cucharadas de cebolla
- 1 taza de agua
- Sal al gusto
- Hierbas de olor (laurel, tomillo y mejorana) al gusto

Método de preparación:

1. Sofríe la cebolla en una cacerola caliente con aceite vegetal. Agrega la zanahoria y las setas. Sazona con un poco de sal. Tapa y cocina por 5 minutos a fuego bajo.
2. Licua el jitomate con la cebolla, el agua y un poco de sal. Vierte sobre los vegetales, agrega las hierbas de olor, tapa y cocina a fuego bajo por 10 minutos.
3. Sirve y ofrece.

Tiempo de preparación: 25 minutos

Grado de dificultad: **

Muy fácil: *
Fácil: **
Medio: ***
Difícil: ****
Muy difícil: *****