



## BUDÍN DE FLOR DE CALABAZA 6 Porciones

### Ingredientes:

- 2 cucharadas de aceite
- 1 cebolla mediana
- 6 jitomates, partidos en cuartos y sin semilla
- 12 hojas de epazote, picado
- 500 g de rajas de chile poblano
- 3 manojos de flor de calabaza, limpia
- 1 taza de crema fresca
- 1 cucharada de consomé de pollo, en polvo
- 1 paquete de tortillas de harina
- 300 g de queso manchego, rallado

Horno Precaentado a 180° C

### Método de Preparación:

1. Pica la cebolla, el jitomate y las hojas de epazote; reserva.
2. Calienta el aceite, fríe la cebolla, agrega el jitomate, las rajas de chile poblano y la flor de calabaza; deja cocinar por unos minutos. Incorpora la crema, sazona con el consomé y agrega el epazote; cocina hasta que espese ligeramente.
3. En un refractario, acomoda una capa de tortillas, encima vierte el guisado, espolvorea queso y cubre nuevamente con más tortillas. Repite el procedimiento hasta terminar con una capa de queso manchego rallado.
4. Hornea durante 25 minutos o hasta que el queso haya gratinado. Ofrece.

Tiempo de Preparación: 35 min.

Tiempo de Horneado: 25 min.

Grado de Dificultad: \*\*

**Muy Fácil:** \*  
**Fácil:** \*\*  
**Medio:** \*\*\*  
**Difícil:** \*\*\*\*  
**Muy Difícil:** \*\*\*\*\*