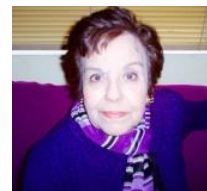


# CHILES RELLENOS DULCES



## INGREDIENTES

### Receta original:

Para 7-8 chiles  
Carne Molido (picadillo), 1/2 – 3/4 kilo  
1 Lata Salsa de Tomate Valvita  
Cebolla (para carne y para salsa)  
Piloncillo (medio si grande – ir probando)  
Canela (1/4 tira o menos – ir probando)  
7-8 Chiles Poblanos  
4 Huevos  
Harina  
1 Limón  
1-2 Clavos  
3 Pimientas  
Pasas  
Almendras  
Maicena (una pizca)  
Aceite para freír  
Sal al gusto  
1 Litro de Agua  
Palillos



Fotografía por María Esther Beas

## PREPARACIÓN DE LOS CHILES

- El primer paso es quitarles la piel a los chiles. Para ello, se colocan los chiles poblanos directos al fuego, deben quedar de aspecto quemado por todos lados. Se colocan dentro de una bolsa de plástico para que suden, por una media hora. Luego, con la mano o si es necesario con la ayuda de un paño, se procede a rasparlos para retirarles la piel. Se termina este proceso bajo un chorro de agua y tallando con las manos delicadamente. Hacerles un solo corte longitudinal de lado para extraer las semillas (bajo el chorro de agua). Escurrirlos y rellenarlos con el picadillo. Asegurar con un palillo. Poner a un lado.

## COMO CAPEAR LOS CHILES

- Batir las claras de 4 huevos a punto de nieve con un batidor globo o batidora de mano. El huevo debe de estar a temperatura ambiente. Añadir unas gotas de limón para evitar que se corte. Agrega dos de las yemas una pizca de fécula de maíz (maicena) para obtener una mezcla resistente y continúa batiendo. Pasa el chile por harina retirando el exceso. Sumerge en la mezcla de huevo. Fríe en un

sartén con suficiente aceite bien caliente para lograr una buena fritura y para que no absorban tanto aceite. Voltarlos para freír de todos lados. Escurrir sobre papel de cocina y colocar sobre el papel para retirar el aceite.

### **PREPARACIÓN DEL PICADILLO**

- Se pone a freír la carne molida, el tomate, la cebolla y se le pone sal y pimienta al gusto. Ya que la carne está sofrita se le agrega un poco de agua y se tapa para que se termine de cocer. Ya casi cuando va a estar se le agregan las almendras y al final las pasas.

### **PREPARACIÓN DE LA SALSA DULCE**

- Se licuan dos clavos, el pedazo (1/4 palo) de canela, tres pimientas, un pedazo de cebolla (1/4 a 1/2), tantita sal y agua. En un poquito de aceite se sofríe todo lo anterior con tantito tomate de lata (Valvita). Ya que ésta se le agrega agua suficiente y un pedazo de piloncillo y se pone a hervir. Se le agrega bastante piloncillo para dar el sabor dulce.

### **PREPARACIÓN DE LOS CHILES RELLENOS DULCES**

- Una vez preparados los chiles capeados se sumergen en la Salsa Dulce hirviendo por dos minutos para que agarren sabor y se sirven bañados de salsa. Se sirven en un plato acompañado de arroz rojo y frijoles fritos un poco aguados.

### **PLATILLOS ACOMPAÑANTES**

- Arroz rojo y frijoles refritos, pero un poco aguados.

### **VARIACIONES VEGANA**

- Los siguientes ingredientes se necesitan remplazar para la versión vegana: carne y huevos.