



Calabaza en Tacha

RECETA

INGREDIENTES

- una calabaza pequeña
- un cono de piloncillo
- cáscara de una naranja
- tres clavos de olor
- dos a tres palos de canela entera
- dos tazas de agua

UTENSILIOS DE COCINA

- una tabla para cortar
- un cuchillo
- una olla grande
- una cuchara de madera
- una cuchara regular
- un plato hondo grande para servir
- cuatro platos hondos para servir

CANTIDAD DE PORCIÓN

4 porciones

PROCEDIMIENTO

1. Vacíe 2 tazas de agua en una olla grande.
2. Agregue dos palos grandes de canela, un cono de piloncillo, la cáscara de una naranja, y tres clavos de olor dentro de la olla. Con la ayuda de un adulto, hierva el agua y revuelva los ingredientes ocasionalmente.
3. Con la ayuda de un adulto, corte la calabaza en trozos medianos a grandes. No es necesario pelar la cascara de la calabaza.
4. Con la ayuda de un adulto, agregue los trozos en la olla, boca abajo. Los trozos que no cupieron, se pueden colocar encima de otros.
5. Deje que la calabaza se cocine a fuego lento hasta que este tierno. Volteé los trozos mientras se cocinan si es necesario.
6. Ya que estén tiernos los trozos, retírelos con una cuchara de madera y colóquelos sobre un plato para que se enfríen.
7. Continúe hirviendo el líquido en la olla hasta que se vuelva espeso.
8. Sirva los trozos de calabaza enfriados en un plato hondo y rocíe el líquido por encima de la calabaza tierna.

