



HUEVOS DIVORCIADOS

Los huevos divorciados son un desayuno clásico mexicano que combina dos huevos estrellados servidos en salsas diferentes: una salsa verde y una salsa roja. El contraste de sabores, uno picante y otro ligeramente ácido, junto con tortillas crujientes, hacen de este platillo una opción deliciosa y colorida para el desayuno o brunch.

 15 minutos

 35 minutos

 1 porción

INGREDIENTES

- 2 Piezas de huevo entero [100 g]
- 2 Piezas de tomate [222 g]
- 3 Cucharaditas de ajo crudo [8 g]
- 1/4 Taza picada de cebolla [40 g]
- 1 pieza de chile verde (Serrano) [13 g]
- 1 cucharadita de aceite [5 g]
- 1 tortilla mediana de tortillas de maíz [25 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º** Preparación de los ingredientes (Salsa roja): • Lava bien los tomates rojos para eliminar cualquier residuo de polvo o suciedad. • Pela el diente de ajo, retirando la cáscara. • Corta la cebolla en cuartos para facilitar el proceso de cocción. • Si prefieres que tu salsa tenga un toque picante, lava el chile serrano y retira el rabito. Puedes usar el chile con o sin semillas, dependiendo del nivel de picante que te guste.
- 2º** Cocción: • Coloca los tomates, la cebolla, el ajo y el chile (si lo estás utilizando) en una cacerola mediana. Agrega suficiente agua para cubrir todos los ingredientes y lleva la cacerola al fuego. • Cocina a fuego medio durante aproximadamente 10 minutos, o hasta que los tomates estén suaves y comiencen a perder su piel. Este es el momento en que sabrás que están listos para ser procesados.
- 3º** Licuar: • Una vez cocidos, retira los ingredientes del agua caliente y colócalos en una licuadora. • Licúa a velocidad media-alta hasta obtener una mezcla homogénea y suave. Si la mezcla está muy espesa, agrega un poco del agua de cocción para ajustar la consistencia a tu gusto.
- 4º** Freír la salsa: • En una sartén, calienta una cucharadita de aceite a fuego medio. Cuando el aceite esté caliente, vierte la salsa roja licuada. • Cocina la salsa por unos 5 minutos, removiendo ocasionalmente para evitar que se pegue. Esto ayudará a que la salsa tome un sabor más profundo. • Añade sal y pimienta al gusto. Ajusta el sazón según prefieras.
- 5º** Preparación de los ingredientes (Salsa verde): • Lava los tomates verdes (tomatillos) quitando la cáscara pegajosa que los rodea. • Pela el diente de ajo y corta la cebolla en cuartos. • Si deseas que la salsa verde tenga un toque picante, lava el chile serrano o jalapeño y corta la punta. Recuerda que dejar las semillas le dará más picante.
- 6º** Cocción: • Coloca los tomates verdes, el ajo, la cebolla y el chile en una cacerola. Agrega suficiente agua para cubrir los ingredientes. • Cocina a fuego medio hasta que los tomates verdes cambien de color, pasando de verde brillante a un verde opaco, lo que tardará entre 8 y 10 minutos.
- 7º** Licuar: • Escurre los ingredientes cocidos y colócalos en la licuadora. • Licúa hasta obtener una salsa suave. Puedes agregar un poco del agua de cocción si la salsa está muy espesa.
- 8º** Freír la salsa: • En una sartén, calienta una cucharadita de aceite a fuego medio. Vierte la salsa verde licuada en la sartén. • Cocina durante unos 5 minutos, removiendo ocasionalmente, hasta que la salsa espese un poco. • Añade sal y pimienta al gusto, y si deseas, un poco de cilantro fresco picado para darle un toque de frescura.
- 9º** Freír las tortillas: • Calienta una sartén con suficiente aceite para cubrir ligeramente el fondo, a fuego medio. • Una vez caliente, coloca una tortilla de maíz en la sartén y fríela por unos 2 minutos de cada lado, hasta que esté dorada y crujiente. • Repite el proceso con la segunda tortilla. • Retira las tortillas de la sartén y colócalas en un plato con papel absorbente para eliminar el exceso de aceite.

- 10º Cocinar los huevos: • En otra sartén, agrega una pequeña cantidad de aceite o mantequilla y caliéntala a fuego medio. • Rompe un huevo en un recipiente pequeño (esto evitará que la yema se rompa y te permitirá asegurarte de que el huevo esté en buen estado). • Desliza cuidadosamente el huevo en la sartén caliente. Cocina durante unos 3-4 minutos, o hasta que la clara esté completamente cocida, pero la yema aún esté líquida. No muevas el huevo para evitar que la yema se rompa. • Repite este paso con el segundo huevo. • Sazona ambos huevos con sal y pimienta al gusto.
- 11º Servir: • Coloca una tortilla frita en cada plato de servicio. • Sobre cada tortilla, coloca un huevo estrellado con mucho cuidado para no romper la yema. • Vierte la salsa roja sobre uno de los huevos y la salsa verde sobre el otro. Asegúrate de que las salsas no se mezclen, para mantener ese contraste visual de los “huevos divorciados”. Acompañamientos (opcional): • Si lo deseas, sirve una pequeña porción de frijoles refritos al lado de los huevos y decora el plato con un poco de queso fresco desmenuzado o cilantro fresco. Disfrutar: • Sirve caliente y acompaña con tortillas adicionales o un pan crujiente si prefieres.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [410 g]	% DDR
ENERGÍA	74 kcal	304 kcal	15 %
GRASA	4 g	16 g	24 %
GRASAS SATURADAS	1 g	4 g	19 %
COLESTEROL	90 mg	371 mg	124 %
SODIO	61 mg	250 mg	10 %
H. CARBONO	6 g	26 g	9 %
AZÚCARES	1 g	2 g	—
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	5 g	19 %
PROTEÍNA	4 g	18 g	—