



## SAZONADOR PROPIO

Un sazonador que se puede utilizar para burritos fajitas carnes y pastas.

 5 minutos

## INGREDIENTES

- 2 cucharadas soperas de comino [12 g]
- 10 gramos de chile, rojo
- 1 cucharada de café de pimentón, en polvo [3 g]
- 1 cucharadita de ajo en polvo [4 g]
- 1 cucharadita de cebolla en polvo [2 g]
- 1 cucharadita de pimienta molida [2 g]
- 1/2 cucharadita de sal [3 g]
- 1 cucharadita de orégano [2 g]

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Instrucciones: En un recipiente pequeño, mezcle todos los ingredientes. Asegúrese de que estén bien combinados para que todos los sabores se distribuyan de manera uniforme. Prueba la mezcla y ajústala según tus preferencias personales. Si prefieres más sal, picante o cualquier otro sabor, añádelo según sea necesario. Transfiere tu sazonador de burritos casero a un frasco o recipiente hermético para guardarlo. Cuando vayas a hacer burritos, tacos o cualquier plato mexicano, simplemente espolvorea este sazonador sobre la carne (como pollo, res, cerdo o incluso tofu) o las verduras mientras las cocinas. puedes añadir cilantro picado en polvo y chile rojo para más picante y sabor

2º foto de: [https://www.freepik.es/foto-gratis/hierbas-frescas-especias-molidas-sazonar-generadas-ia\\_41035452.htm#query=sazonador&position=30&from\\_view=search&track=sph](https://www.freepik.es/foto-gratis/hierbas-frescas-especias-molidas-sazonar-generadas-ia_41035452.htm#query=sazonador&position=30&from_view=search&track=sph) Imagen de vecstock en Freepik

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGÍA	246 kcal	12 %
PROTEÍNA	10 g	20 %
H. CARBONO	36 g	14 %
AZÚCARES	3 g	3 %
GRASA	8 g	11 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTARIA	5 g	22 %
SODIO	3126 mg	130 %