

Pozole (Estofado Estilo Mexicano)

Tiempo activo

30 minutos

Tiempo total

2 horas, 25 minutos

Porciones

8

Ingredientes

- **Para el caldo:**
- 1 cebolla amarilla grande
- 1 paleta de cerdo con hueso (alrededor de 2 lb)
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada de comino molido
- 1 cucharada de sal kosher
- 1 cucharadita de pimienta
- 1/2 cucharadita de orégano seco
- **Para la sopa:**
- 2 latas (de 15.5 oz) de mote blanco
- 2 jalapeños pequeños
- 1 cebolla amarilla mediana
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada de aceite de canola
- 2 cucharadas de chile ancho (o regular) en polvo
- 1 cucharadita de sal kosher
- 1/2 cucharadita de orégano seco
- 1/4 cucharadita de pimienta roja molida
- 1 taza de chiles verdes en cubitos, enlatados
- **Para servir:**
- 2 limas, para los gajos
- 4 rábanos
- 1 manojo de cilantro fresco
- 2 tazas de col rallada

Pasos

1. Prepara el caldo. Corta la cebolla por la mitad y colócala en una olla de 4 cuartos de galón. Añade el resto de los ingredientes para el caldo y vierte suficiente agua para cubrir; deja hervir y luego reduce a fuego medio-bajo. Retira cualquier espuma que se forme en la superficie. Tapa y cocina a fuego lento por 45 minutos o hasta que el cerdo alcance 145°F.
2. Retira el cerdo de la olla cuidadosamente. Deja enfriar lo suficiente para manipularlo, luego córtalo en cubos de 1 pulgada. Cuela y reserva el caldo (descartando los sólidos).
3. Prepara la sopa. Escurre y enjuaga el mote. Pica los jalapeños, la cebolla y el ajo en trozos grandes, retirando las membranas y las semillas de los jalapeños, si deseas.
4. Precalienta la misma olla a fuego medio, de 2 a 3 minutos. Vierte el aceite en la olla y añade los jalapeños, la cebolla y el ajo. Cocina de 2 a 3 minutos, revolviendo ocasionalmente, hasta que las verduras comiencen a ablandarse. Agrega el chile en polvo, la sal, el orégano y la pimienta roja. Cocina y revuelve por 1 minuto.
5. Incorpora el cerdo, el mote y los chiles verdes a la olla. Vierte suficiente caldo reservado para cubrir (alrededor de 4 tazas). Deja hervir y luego reduce a fuego bajo. Tapa y cocina a fuego lento de 45 a 60 minutos, hasta que el cerdo esté tierno, retirando cualquier capa de grasa que se forme en la superficie, si deseas.
6. Mientras tanto, corta las limas en 4 gajos cada una, rebana los rábanos finamente y pica el cilantro en trozos grandes. Divide el pozole en tazones para servir. Finaliza con cantidades iguales de col, rábano y cilantro; sirve con los gajos de lima.

Información nutricional

Cantidad por cada 1/8 de receta: Calorías 240, Grasa Total 12g, Grasas Saturadas 3.5g, Grasas *Trans* 0g, Colesterol 50mg, Sodio 1360mg, Carbohidratos 18g, Fibra 4g, Azúcares 4g, Proteína 17g, Vitamina D 6%, Calcio 4%, Hierro 10%, Potasio 8%