



Deshebrada para burritos o flautas.

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocimiento: 1 hora

Tiempo total: 1 hora 15 minutos

Porciones: 40 burritos de 20 cm. aproximadamente.

El sabor de esta carne deshebrada es recordar a mi abuela cocinando... era una experta cocinera y la recuerdo siempre haciendo su magia en la cocina de mi mamá, o en la suya allá en la casona de Matamoros. En esa mesa alimentaba batallones con sus tortillas recién hechas, sus huevitos mañaneros, su caldo de pollo tan mexicano, sus pasteles perfectos...

Amo que haya enseñado a mi mamá a cocinar como ella y que ahora yo pueda tratar al menos de imitarlas un poco en lo aprendido.

Esta carnita deshebrada la ví hacerla muchas veces. Es la más versátil pues se usa como relleno para burritos o flautas o bien para comerse sola.

Les sugiero que antes de hacer la receta, lean cuidadosamente y decidan que «toque» le quieren dar. Si no la desean muy dulzona, bajen la cantidad de cebolla con que se sofríe la carne (o pueden quitarla). Si la quieren más picosa, agreguen más chile, si es para rellenar algo, dejen que seque o bien si la van a comer sola (acompañada de arroz y frijolitos) que no se seque tanto.

La pueden preparar con anticipación y guardarla bien empacada en el congelador, de esta forma la sacan cuando vayan a hacer sus flautas o burritos.

Ingredientes:

- 1.200 kg. Carne de res para deshebrar o falda de res.
- 1 Cebollas chica cortada en cuadritos.
- ¼ Cebolla en trozo.
- 1 Diente grande de ajo.
- 4 Hojas de laurel.
- 6 Pimientas negras enteras.
- 1 Cucharadita de comino molido (o al gusto).
- 1 Tomate bola (opcional).
- Sal y pimienta al gusto.

Para la pasta de chile pueden usar esta receta ajustando menor cantidad de chiles [Pasta de chile colorado](#), quedaría más o menos así:

- 3 Chiles anchos grandes y frescos.
- ½ Cebolla en trozo.
- 1 Diente de ajo.



Deshebrada para burritos o flautas.

O bien, se puede usar lo siguiente en lugar de los chiles anchos.

- $\frac{2}{3}$ Pasta de chile de "El buen sazón sazónador".
- 2 Tazas de agua caliente (para disolver la pasta de chile).

Procedimiento:

Cortar la carne en cubos grandes, dependiendo del tamaño en que se quiera la hebra deshebrada cuando ya esté lista.

Poner a cocer la carne para deshebrar en la olla de presión, cubierta de agua. Agregar $\frac{1}{4}$ de cebolla en trozo, 1 diente de ajo, el laurel y las pimientas negras enteras. En olla de presión la carne se tarda 45 minutos a partir del momento en que la válvula alcanza su punto máximo de presión.

Si no se usa olla de presión ponerla a cocer en olla de lento cocimiento durante toda la noche, en temperatura baja, con los mismos condimentos que en la olla de presión.

Si se tiene la pasta de chile ya preparada del "El buen sazón sazónador", tomar $\frac{2}{3}$ de la pastilla de pasta y disolver en 2 tazas de agua caliente de la llave, hasta que no queden grumos.

Si no se tiene esta pasta, mientras la carne está cociéndose, es buen momento para hacer la pasta de chile colorado.

Para hacer la pasta de chile, se desvenan los chiles anchos y se ponen en agua hirviendo junto con $\frac{1}{4}$ de cebolla y un diente de ajo. Poner primero la cebolla y el ajo para que se suavicen de antemano y luego agregar los chiles solo a que se hidraten muy bien. Se sacan del agua hirviendo y se llevan a la licuadora. Se licúan con algo del agua de cocción a que quede una pasta espesita y luego se pasa por un colador para quitarle todos los "pellejitos" que quedan de la piel de los chiles.

Cuando la carne está cocida, se saca de la olla, se limpia de pellejos que pudiera tener, se quita la grasa y se deshebra mientras está caliente. Se puede usar la batidora de mano o bien darle "cintarazos" con un buen machete o cuchillo, hasta que esté del tamaño deseado.

En un sartén extendido, se ponen dos cucharadas de aceite a calentar. Se pone a dorar una cebolla cortada en cuadritos a que se haga transparente.

Se agrega la carne a que se sofría con la cebolla, se condimenta con sal, pimienta y comino a que quede al gusto.

Después se incorpora a lo anterior la pasta de chile colorado y se deja a que los sabores se integren bien. Se puede agregar un tomate licuado si se desea bajar el sabor del chile (esto es opcional).

Es importante que hierva un rato, si le falta líquido se puede agregar una taza de agua a la carne para que suelte el hervor y dejar a que seque por completo, pues se va a usar para rellenar burritos o flautas.

Se rectifican los sabores y listo, se apaga y ya fría se usa como relleno. Si se desea comer sola, hay que dejarla más jugosa.

PARA HACER LOS BURRITOS:

Tortillas especiales para burritos de al menos 20 cm. de diámetro. Las de «Tortitrigo» (en Monterrey) son especiales para esto.

Calentar las tortillas antes de envolverlas y conservar tapadas en un trapo limpio. Tomar de una por una y darles una pasadita de frijoles con chile colorado o normales. Luego rellenar con la carne.

Cuidar de dejar a los lados un espacio para poder envolver las orillas hacia adentro a la hora de ir



Deshebrada para burritos o flautas.

enrollando, para que el relleno no se salga.

Envolver en papel aluminio o papel pergamino, llevar a congelar.

Para calentarlos, meter al microondas por unos 30 segundos y luego tostar por todos sus lados en un comal caliente, embarrado con una poca de mantequilla.

¡BUEN PROVECHO!

