



Desde la cocina de Amalia Viveros

MOLE MICHOACANO

(famoso en el estado mexicano de Michoacán)

Ingredientes

Para el mole:

- 6 chiles guajillos secos
- 1 taza de semillas de calabaza
- 1/2 taza de semillas de ajonjolí
- 10 almendras
- 5 semillas de clavo (clavo completo)
- 5 semillas de pimienta dulce (pimienta de Jamaica completa)
- 1/2 taza de semillas de calabaza (sin cáscara)
- 5 galletas saladas
- 2 hojas de laurel
- 2 dientes de ajo
- 1/4 de tableta de Chocolate Abuelita*
- 1/2 taza de aceite de oliva
- 1 taza de agua

**Este ingrediente y otros artículos de especialidad están disponibles en el supermercado Galena en el centro de Freeport y en otras tiendas de abarrotes, también están disponibles en Amazon en caso de que no pueda encontrarlos localmente.*

Para el arroz:

- 2 dientes de ajo
- 2 tazas de arroz blanco sin cocinar
- 1 cebolla de tamaño mediano
- 4 tomates Roma
- 1/2 taza de aceite de oliva
- 1/4 taza de Consomate Tomate (concentrado de tomate saborizado con perejil, pollo, ajo y cebolla)
- 2 cucharadas de pimienta molida
- 1 cucharada de sal
- 1 taza de agua

Para el pollo:

- 6 pechugas de pollo de tamaño mediano
- 1 papa mediana picada
- 1 cebolla picada
- 4 tazas de agua
- Pimienta molida
- 1 cucharada de sal

Prepare el pollo

En una olla de cocción lenta agregue 4 tazas de agua junto con el pollo, 1 papa mediana picada, 1 cebolla picada, pimienta molida y 1 cucharada de sal. Cocine por 4 horas a fuego medio.

Prepare la salsa de mole

Ponga a hervir agua en una olla, agregue los chiles guajillo y déjelos hervir por 5 minutos. Retire los chiles y déjelos reposar.

En un sartén, a fuego medio, tueste las semillas de calabaza y ajonjolí en el aceite de oliva hasta que tomen un color un poco oscuro.

En una licuadora, agregue 1 taza de agua y licúe los chiles, el ajonjolí tostado, las semillas de calabaza, almendras, clavos, pimientas, galletas saladas, hojas de laurel, 2 dientes de ajo y el Chocolate Abuelita.

En un sartén separado, agregue 1/2 taza de aceite de oliva y lleve a fuego medio. Agregue la salsa de mole y revuelva por 10 minutos. Retire del fuego. Deje reposar.

Prepare el arroz

En una licuadora, licúe la cebolla, los tomates Roma, 2 dientes de ajo, el consomate, 1 cucharada de sal y 1 taza de agua. Esto servirá para preparar la salsa del arroz.

En un sartén, caliente el aceite y agregue el arroz. Revuelva el arroz hasta obtener una coloración marrón. Agregue la salsa del arroz, revuelva, cubra, ponga a hervir, ponga a fuego lento, cubra y cocine por 15 minutos.

Forma de servir

Coloque una pechuga de pollo en un plato y agregue arroz y salsa de mole. Si lo desea, agregue las patatas y cebollas que dejó en fuego lento.