

Carne con Papas

Sirve: 4 porciones

El sazónador de la buena mesa (*Eating Smart Seasoning Mix*), ayuda a preparar una cena rápida y deliciosa de carne y papas. Pruebe hacerlo con camotes u otro tipo de papas para más variedades.

Ingredientes

3/4 libra carne molida (85% magra)

1 taza agua

5 1/2 papas medianas peladas y cortadas en rodajas delgadas (5-6 papas)

9 Porciones de Eating Smart Seasoning Mix (Sazónador de la buena mesa)

sal (al gusto, opcional)

Preparación

1. Dore 3/4 de la carne molida en una sartén grande, escurra la grasa.
2. Agregue el agua, las papas y el sazónador. Revuelva.
3. Cuando alcance el punto de ebullición, reduzca el fuego, tape y cocine a fuego lento durante 20 a 30 minutos o hasta que las papas estén blandas.
4. Destape y cocine hasta que el exceso de agua se evapore.
5. Pruébelos; luego agregue un poco de sal si lo necesita.
6. Refrigere las sobras.

Origen: Colorado State University and University of California at Davis. Eating Smart Being Active Recipes.