



Verduras Para Fajitas Sencillas

Rinde: 4 porciones

Tamaño de porcion: 1 taza

Ingredientes

1 unidad	Pimiento morrón, en rodajas
1 unidad	Calabacín (zucchini), en rodajas
1 unidad	Calabaza amarilla (yellow squash), en rodajas
1 unidad	Cebolla, en rodajas
1 cucharada	Aceite de oliva (o canola)
1 cucharadita	Ajo en polvo
½ cucharadita	Pimentón (paprika)
¼ cucharadita	Pimienta negra

Equipo

- Cuchillo
- Tabla de cortar
- Sartén
- Cuchara de madera o espátula

Método

1. Caliente el aceite en una sartén grande a fuego medio-alto hasta que esté brillante.
2. Agregue las cebollas y cocine, revolviendo ocasionalmente, durante 4-5 minutos hasta que empiecen a ablandarse y comiencen a dorar ligeramente.
3. Agregue los pimientos morrones y continúe cocinando por otros 2-3 minutos.
4. Agregue las especias y mezcle durante unos 30 segundos. Luego agregue el calabacín y la calabaza amarilla y cocine por 3-5 minutos más, revolviendo ocasionalmente, hasta que todas las verduras estén tiernas.

Consejos útiles

- Disfrute como guarnición o en tacos, bowls de arroz, huevos, o wraps
- Puede añadir otras verduras en rodajas, como hongos (champiñones), si desea