

El origen de las fajitas dicen que fue de los trabajadores de los ranchos mexicanos que vivían en el oeste de Texas a finales de 1930 principios de 1940. Cuando un novillo era sacrificado, los trabajadores recibían las partes menos deseables para comer como pago parcial de sus salarios.

Uno de los cortes que recibían era el Matambre , Filete de Falda o Faja, de ahí su nombre “Fajita”, dado que era cortada en pedacitos pequeños y asada a la parrilla o plancha, acompañada de sus tortillas de harina de trigo o maíz.

La fajita se refiere al tipo de corte en juliana. Normalmente se corta la pechuga de pollo en tiras acompañada de pimientos morrones, chiles o cebolla. Todo ello cortado en tiras.

Yo en casa suelo elaborar las fajitas con pollo. En este caso lo he cortado en cuadrados, pero también he probado a hacerlo en la Crock Pot para después desmigarlo.

Para ellas no suelo usar picante, ya que en casa no nos sienta muy bien. Pero si que les doy sabor con varias especias como os muestro abajo.



Relleno de fajitas de pollo mexicanas

Raciones: 4 personas

Ingredientes

- 1 Cebolla grande
- 1 Pimiento rojo
- 3 Pechugas de pollo limpias
- 1 Pimiento verde
- 400 gr de tomate triturado
- Aceite de oliva virgen extra

Ajo en polvo

Jengibre

Aji molido

Sal

Barquitas o Tortitas mexicanas

Preparación

Preparamos los ingredientes lavándolos y cortándolos. El pollo en cuadrados pequeños/medianos. La cebolla y los pimientos en mi caso en [brunoise](#) pero quedan muy bien en [juliana](#).

Ponemos a fuego bajo una sartén con un buen chorro de aceite de oliva. Cuando este caliente añadimos la cebolla y la sal. Pochamos hasta que este transparente.

Añadimos ambos pimientos y esperamos a que se ablanden.

Subimos el fuego a temperatura media y agregamos el pollo. Cuando haya cogido color, añadiremos las especias al gusto. Ir probando para encontrar el punto que más os guste.

Salar si es necesario.

Echamos el tomate triturado y dejamos cocer, a fuego medio/bajo hasta que el tomate haya cogido una consistencia más espesa. No lo tapo para que pueda evaporarse, pero estar pendientes y remover cada cierto tiempo. Puede tardar unos 20/30 minutos.

Calentamos nuestras barquitas o tortitas en el microondas según indicaciones del paquete.

Servimos la carne en un plato, el pan en otro y nosotros solemos ponerle mozzarella al gusto.



Notas

Suelo usar tortitas integrales, aunque en el caso de las barquitas mini no tienen con este tipo de harina.

Le podéis echar pimiento amarillo, yo suelo también usar y quedan muy ricas.

Si hacéis más cantidad u os sobra podéis congelarlo y tener para otras ocasiones. Yo suelo hacerlo.

Receta Ana ©Fabrica de Antojos

Recetas relacionadas