



## Tacos al Pastor

Los tacos al pastor se cocinan en un en una rosticero vertical giratoria frente al fuego, la carne se apila desde la parte superior hacia abajo, quedando así en forma de trompo.

4.76 from 125 votes

Course: Antojitos Cuisine: Mexicana Prep Time: 10 minutes Cook Time: 30 minutes Total Time: 40 minutes Servings: 6  
Calories: 350kcal Author: Mely Martinez - México en mi cocina

### Ingredients

- 30 Gramos Chiles Guajillo limpios y sin semillas alrededor de 4 chiles
- 30 Gramos de Pasta de achiote
- ¼ Taza de jugo de piña se puede utilizar jugos de lata de piña en rodajas
- ¼ Taza de vinagre blanco
- 3 Dientes de ajo
- 1 Cucharadita orégano mexicano
- ½ Cucharadita comino molido
- ¼ Cucharadita de pimienta negra
- 2 Clavos
- 1 ¼ Cucharadita de sal

### Para los Tacos

- 1 Kilo de pulpa de cerdo cortado en filetes de ⅓ de pulgada
- Sal y pimienta para sazonar la carne
- 1 Cebolla blanca de tamaño medio cortada en rodajas
- 1 Lata de piña en rebanadas
- Un Manojito de cilantro de tamaño mediano lavado y finamente picado
- Tortillas de maíz
- 1 Cebolla mediana finamente picada
- Una buena salsa picante de su elección

### Instructions

1. Coloca los chiles en un ollita y cubre con agua. Hierva a fuego medio durante unos 15 minutos o hasta que estén suaves. Deja que se enfríen y finalmente retira el agua.
2. Coloca los chiles, el vinagre, el jugo de piña con las especias y la pasta de achiote en la licuadora. Licuar hasta que se forme una salsa muy suave. Vecía la salsa lentamente a través de un tamiz fino para obtener una textura homogénea agradable. En ese momento, puedes probar la salsa sólo para asegurarse de que la sal es suficiente para tu gusto.
3. Sazone la carne con sal y pimienta. Coloque la salsa y los filetes en un tazón grande, marina la carne o utilice una brocha pastelera, aplique la salsa a cada lado de los filetes.
4. Marinar por lo menos 4 horas o dejar durante toda la noche (créanme que sabe mejor)

**Ahora tres tipo de procesos de cocción, tu eliges la que te guste:**

1. Colocar la carne en el rostizador vertical, prepara la carne intercalando con algunas rodajas de cebolla y piña. Deja que el adobo se drene durante unos 20 minutos antes de iniciar el cocimiento en el rosticero. 1 hora es suficiente para cocinar 1 kilo de carne. Ya cocida la carne corta con un cuchillo afilado y colocala en una sartén ya caliente para darle ese sabor doradito como lo hacen en las taquerías en México.
2. La segunda opción es usar el asador de tu horno. Cortar la carne como para brochetas, colocala en el una aguja para brochetas y agrega rodajas de cebolla y piña entre la carne. Dado que la carne se corta en porciones más pequeñas este método tardará unos 20 minutos en cocinar girando al menos 2 veces durante la cocción.
3. Ahora, esta es la más fácil ya que casi cualquier persona tiene una sartén o sartén en casa. Una vez que la carne ha marinado córtala en pequeñas tiras finas. Asegúrese de quitar cualquier salsa adobo en exceso. Caliente la sartén y agregue 1 - 2 cucharadas de aceite hasta que esté caliente; lo suficiente para que cuando se coloque la carne salpique un poco. Agregue las rodajas de cebolla y piña a lo largo de la carne para cocinar. Además asegúrete de voltear la carne según sea necesario para evitar que la carne se pegue a la sartén. Cocine durante unos 12-15 minutos.

**También puede usar su parrilla de gas o carbón para cocinar la carne .**

**Corte la carne finamente y haz sus tacos con tortillas calientes, cubierto con cebolla picada, cilantro, piña y por ultimo una salsa de su elección.**

### **Nutrition**

Porciones: 1g | Calorías: 350kcal | Carbohidratos: 22g | Proteína: 37g | Grasa: 12g | Grasa Saturada: 4g | Grasas poliinsaturadas: 2g | Grasa monoinsaturada: 5g | Grasas Trans: 1g | Colesterol: 112mg | Sodio: 579mg | Potasio: 891mg | Fibra: 3g | Azúcar: 17g | Vitamina A: 1430IU | Vitamina C: 13mg | Calcio: 45mg | Hierro: 2mg