

Chili de Mote al Horno

Makes: 8 Servings

Una manera interesante y apetecible de utilizar mote enlatado bajo en sodio.

Ingredients

1 1/2 pounds carne molida
1/2 cup cebolla (cortada)
1 can mote bajo en sodio (15 ½ onzas)
1 can tomates (16 onzas)
1 tablespoon chile en polvo
2 tablespoons harina
sal y pimienta (al gusto)
1 cup queso Americano (rallado)

Directions

1. Precaliente el horno a 375 grados F.
2. En una sartén grande dore la carne molida y las cebollas hasta que estén cocidos completamente. Escorra bien. Incorpore los tomates (incluyendo el jugo), el mote escurrido, chile en polvo, harina, sal y pimienta. Mezcle bien.
3. Vierta la mezcla en un molde para hornear de un cuarto de galón.
4. Hornee por 20 minutos.
5. Póngale el queso encima y continúe horneando.