

Taller Gastronómico: Cocina Prehispánica Integrada a la Mesa Diaria

Objetivo: generar interés en la población, sobre aquellos ingredientes originarios de México y los que se pueden combinar de manera adecuada, como parte de nuestra cocina diaria y reivindicar la cocina saludable.

Nombre del Platillo: Ceviche de Chapulín.

Ingredientes:

Ingredientes	Cantidad
Chapulines	150 gms
Jícama	1-2 Piezas, dependiendo el tamaño
Pápalo	Un ramito
Piña	1 pza picada en rebanadas
Cebolla	1 a 2 piezas
Pepino	1 a 2 piezas
Limón	7 a 10 piezas según tamaño
Sal	10 gms
Aguacate	1 pieza
Pimienta	10 gms
Aceite de Oliva	10 mls
Vinagre de Manzana	10 mls
Cacahuete	100 gms
Tostadas	10 piezas
Lechuga	1 pieza de su elección
Materiales requeridos que tiene que llevar cada persona	
1.- Llevar todos los ingredientes lavados y desinfectados 2.- cuchillo 3.- tabla para picar 4.- rayador de verduras 5.- exprimidor 6.- cuchara sopera 7.- recipiente para mezclar 8.- trapito para limpiar	