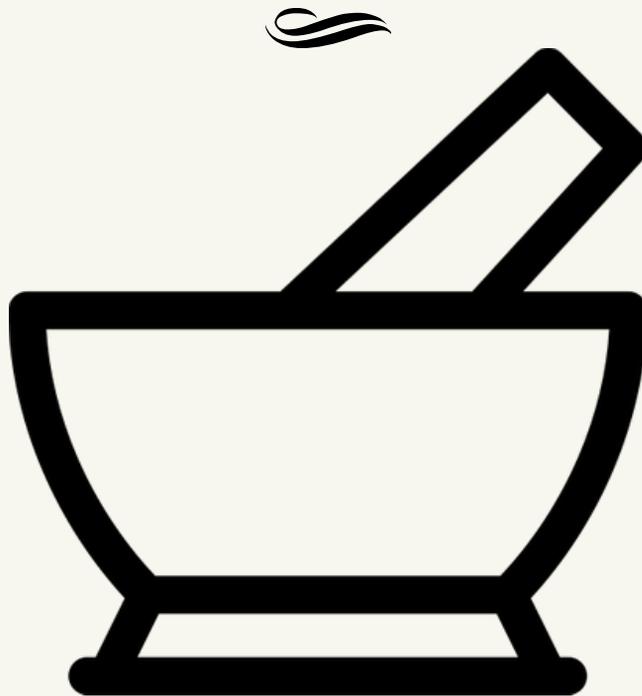


*Casa
Ayurveda*



Recetas Mojos



Mojo de cilantro



Casa
Ayurveda



Ingredientes

- 1 cabeza de ajo
- ½ taza de aceite de oliva
- ½ taza de vinagre de manzana
- pizca de semillas de comino
- 1 manojo de cilantro
- Sal marina al gusto

Preparación

Pela la cabeza de ajo. Corta la ajo en pequeños trozos y colócalos en un mortero.

Lava el manojo de cilantro. Corta las hojas y colócalas en el mortero.

Agrega a la mezcla la sal y el comino. Comienza a majar, es decir a aplastar con el mazo del mortero para triturar los ingredientes.

Conforme lo vas majando, agrega poco a poco el vinagre. La textura deberá de ser espesa, por eso es importante poner el vinagre poco a poco, pero si la quieres más líquida puedes poner todo el vinagre. Igualmente te recomiendo que lo incorpores de a poco y pruebes el sabor.

Nota: Al ser de cilantro fresco, es posible que al día siguiente se comience a oxidar la mezcla, quedando un color oscuro. Te recomiendo que elabores poca cantidad, la justa para el día.

También puedes probar con perejil

Mojo de pimiento verde



Casa
Ayurveda



Ingredientes

- 3 cabezas de ajo
- 2 pimientos verdes
- ½ taza de aceite de oliva
- ½ taza de vinagre de manzana
- ¾ taza de agua
- 1 manojo de Perejil
- pizca de semillas de Comino
- Sal marina al gusto

Preparación

Lava y corta en trozos pequeños los pimientos verdes y el perejil .

Pela y corta en trozos pequeños las cabezas de ajo.

Coloca los pimientos, el ajo y el perejil cortado en un mortero, también las semillas de comino y la sal .

Comienza a majar. Incorpora un poco de vinagre y sigue majando. Incorpora un poco de aceite y sigue majando. Incorpora un poco de agua y sigue majando.

Es posible que no utilices toda la cantidad de líquido o si, eso dependerá del tamaño de los pimientos y los ajos, así como de la textura que quieras lograr.

Coloca la mezcla en un frasco de vidrio esterilizado y tapa.

Esta preparación la puedes conservar en la nevera por unos 3 a 4 días.

Mojo cocido

Casa
Ayurveda



Ingredientes

- ½ cabeza de ajo
- pimienta guindilla/ aji / chile
- ½ taza de aceite
- 1 pimiento
- 2 hojitas de laurel
- Sal marina a gusto
- 1 taza de agua

Preparación

Lava y corta la pimienta guindilla/ aji / chile y el pimiento. Pela la cabeza de ajo. Coloca en el mortero la pimienta, el pimiento y al ajo, agrega la sal.

Comienza a majar incorporando el aceite poco a poco. Hasta que quede como un pasta.

Agrega la taza de agua en un sartén, coloca las hojitas de laurel y la pasta. Lleva a fuego lento y mezcla, hasta que esté todo incorporado. Cocina durante 15 minutos. A fuego pluma para que no se evapore demasiado líquido.

Coloca la mezcla en un frasco de vidrio esterilizado y tapa.

Esta preparación la puedes conservar en la nevera por unos 7 a 10 días.

Mojo Picón

Casa
Ayurveda



Ingredientes

- 1 cabeza de Ajo
- 20 cucharadas soperas de Aceite de oliva
- 3 cucharadas de Vinagre
- 3 Pimientas guindillas/ aji/ chiles (picantes)
- 1 pimentón
- pizca de semillas de Comino
- Sal marina al gusto

Preparación

Lava y corta la pimienta guindilla/ aji / chile y el pimiento. Pela la cabeza de ajo.

Coloca en el mortero la pimienta, el pimiento y el ajo, agrega la sal y las semillas de comino.

Comienza a majar incorporando el aceite poco a poco.

Ve probando el sabor y la textura, agregando más chiles o más aceite según tu gusto.

Coloca la mezcla en un frasco de vidrio esterilizado y tapa.

Esta preparación la puedes conservar en la nevera por unos 7 a 10 días.

Mojo de orégano y comino

Casa
Ayurveda



Ingredientes

- 1 cabeza de Ajo
- 1 taza de Aceite de oliva
- ½ taza de Vinagre de manzana
- ½ Pimienta guindilla/ ají / chile
- 1 manojo de perejil fresco
- 1 pizca de orégano fresco
- pizca de semillas de Comino
- Sal marina al gusto

Preparación

Lava y corta en trozos pequeños Pimienta guindilla/ ají / chile, el perejil y el orégano. Pela y corta en trozos pequeños las cabezas de ajo. Coloca los pimientos, el ajo, el perejil y el orégano cortado en un mortero, también las semillas de comino y la sal .

Comienza a majar. Incorpora un poco de vinagre y sigue majando. Incorpora un poco de aceite y sigue majando. Ve probando el sabor y la textura para decidir si sigues incorporando más aceite y vinagre.

Nota: Al ser de perejil y oregano fresco, es posible que al día siguiente se comience a oxidar la mezcla, quedando un color oscuro.

Te recomiendo que elabores poca cantidad, la justa para el día. También puedes probar con cilantro

Mojo de pimiento verde

Casa
Ayurveda



Ingredientes

- 3 cabezas de ajo
- 2 pimientos verdes
- ½ taza de aceite de oliva
- ½ taza de vinagre
- ¾ taza de agua
- 1 manojo de Perejil
- pizca de semillas de Comino
- Sal marina al gusto

Preparación

Lava y corta en trozos pequeños los pimientos verdes y el perejil .

Pela y corta en trozos pequeños las cabezas de ajo. Coloca los pimientos, el ajo y el perejil cortado en un mortero, también las semillas de comino y la sal .

Comienza a majar. Incorpora un poco de vinagre y sigue majando. Incorpora un poco de aceite y sigue majando.

Incorpora un poco de agua y sigue majando. Es posible que no utilices toda la cantidad de líquido o sí, eso dependerá del tamaño de los pimientos y los ajos, así como de la textura que quieras lograr.