

Combinación de Especias Adobo Casero

Annie Morgan

Rinde: Aproximadamente $\frac{3}{4}$ de taza

Tiempo: 1 minuto

Ingredientes

- 3 cucharadas de ajo granulado
- 2 cucharadas de orégano
- 1 cucharada de pimienta negra
- 1 cucharada de cúrcuma
- 1 cucharada de cebolla en polvo
- 2 cucharadas de sal (opcional)

Instrucciones

- ✦ Combine todos los ingredientes en un tazón y mezcle bien. Guarde en un recipiente de vidrio hermético.
- ✦ Si la receta pide un paquete de adobo, use una cucharadita de esta preparación casera.
- ✦ Guarde hasta por 6 meses. La receta se puede duplicar si se usa a menudo.

¿Por qué hacer su propia mezcla de especias?

Muchas mezclas envasadas contienen sodio excesivo, que puede ser perjudicial para su salud y glutamato monosódico (MSG), un ingrediente que puede provocar complejas reacciones desagradables. Esta mezcla de condimentos es fácil de hacer en casa sin sodio y glutamato monosódico. Estas salsas y condimentos son ideales para hacer en cantidad así no tiene que tomar el tiempo para hacerlos a menudo y pueden utilizarlo siempre que quieran. También son ideales para sazonar la carne, el pescado, pollo o frijoles.