



## Tacos de flor de Jamaica

**Porciones:**

Ingredientes	Cantidades	Explicación
Flor de Jamaica	100 gramos	Unir la Jamaica con el agua, realizar una infusión en caliente por 10 minutos a fuego bajo con la olla tapada, reposar, enfriar, colar y reservar los cálices; utilizar el agua a modo tradicional de bebida refrescante. "Picar" la flor (fría) con ayuda de un cuchillo, reservar. Calentar el aceite, dorar los ajos y "acitronar" la cebolla. Unir al paso anterior la Jamaica, chiles y pimienta, integrar, cocinar a fuego bajo por 3 minutos. Ajustar nivel de sal. Preparar los tacos con tortillas calientes, complementar con aguacate rebanado.
Agua	2.5 litros	
Aceite de oliva virgen extra	20 ml	
Ajo, dientes, picados	2 - 4 pza	
Cebolla, picada fino	250 gramos	
Chile serrano, rebanado (opcional)	1 - 3 pza	
Pimenta negra	c/s	
Sal (sustituto)	c/s	
Tortillas de maíz	8 - 10 pza	
Aguacate	1 - 2 pza	

**Observaciones:** La Jamaica puede ser preparada con 24 de horas de anticipación, colar y cortar hasta el momento de cocinar.



## Tacos de flor de Jamaica/roselle (*Hibiscus sabdariffa*)

Ingredientes	Cantidades	Explicación
Jamaica flowers - <i>Hibiscus sabdariffa</i> Water Extra virgin olive oil Garlic, cloves, very fine chopped Onion, fine chopped "Serranos" Chiles, sliced (optional) Black pepper Salt (substitute) Corn tortillas (soft) Avocado	100 grams 2.5 liter 20 ml 2 - 4 pieces 250 grams 1 - 3 pieces 1- 2 grams 2 -3 grams 8 - 10 pza 1 - 2 pz	Combine Jamaica flowers with water, make a hot-infusion for 10 minutes over low heat, with the lidded pot, rest, cool, strain and set aside the flowers; use the cold water as a traditional refreshing drink. "Chop" the flowers (cold) with the help of a really sharp knife, reserve. Heat the oil, brown the garlic and the onion. Add to the previous step, the Jamaica, chillies and pepper, integrate, cook over low heat for 3 minutes. Adjust salt level.. Prepare tacos with (soft) hot tortillas, complement with sliced avocado. Enjoy it !

**Observaciones** The Jamaica flowers, can be hydrated 24 hours in advance, strain, and reserve in the fridge, and cut until cooking.