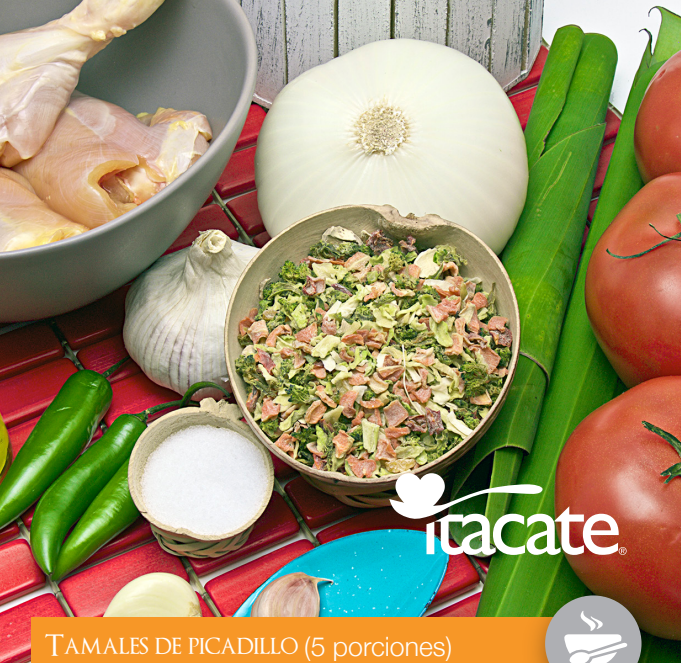




itacate®



TAMALES DE PICADILLO (5 porciones)

Ingredientes:

- 10 tazas de agua
- 2 ½ tazas de mezcla de verduras deshidratadas Itacate
- 3 jitomates
- 3 chiles verdes
- ½ cebolla
- ½ pechuga de pollo
- ½ kg de masa
- 2 cucharadas soperas de aceite
- 2 cucharadas soperas de manteca de cerdo
- 1 diente de ajo
- Pimienta al gusto

Preparación:

1. Poner a remojar la mezcla de verduras deshidratadas con agua fría durante 10 minutos.
2. Una vez hidratada cocer 15 minutos o hasta que la consistencia de la mezcla (arroz y papa), estén suaves.
3. Escurrir la mezcla sin tirar el agua, guardar el agua para utilizarla en la preparación del caldillo.
4. Lavar el pollo, ponerlo a hervir y picar en trozos pequeños.
5. Picar la cebolla.
6. Hervir los jitomates junto con los chiles. Una vez cocidos, licuar sin agregar agua.
7. Poner al fuego la olla agregando dos cucharadas soperas de aceite, cuando esté caliente, agregar la cebolla picada, sazonar y agregar la salsa licuada, mover constantemente, dejar que hierva por 5 minutos. Agregar 2 o 3 tazas de agua de la mezcla escurrida y dejar hervir 5 minutos más. Finalmente agregar el pollo picado. Debe quedar espeso.
8. Aparte, en un recipiente colocar la masa, agregar agua, la manteca y la sal. Amasar.
9. Usar las hojas de plátano o de papatla y envolver la masa y el guisado.
10. Colocar en la olla o vaporera.
11. Colocar la olla o vaporera al fuego con un litro de agua en la misma, cubrir con las hojas sobrantes y tapar.
12. Dejar hervir 1 hora a fuego lento.