

ABC



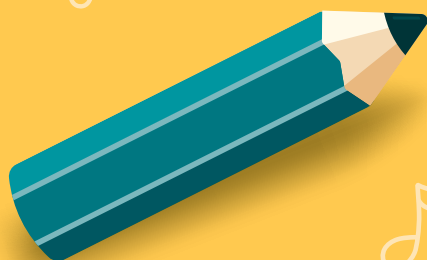
Sabores de Regreso a Clases

con

$$e = mc^2$$

**MA
SE
CA**®

$$a + b = c$$



Waffles de Avena y Fresas

Ingredientes

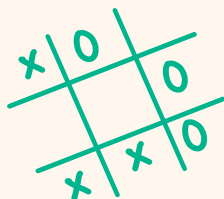
2 tazas de harina de maíz MASECA® Amarillo
1 ½ tazas de avena en hojuelas tradicionales
3 cucharadas de azúcar
3 cucharaditas de polvo para hornear
1 cucharadita de bicarbonato de sodio
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de canela molida

2 ½ tazas de leche entera
4 huevos grandes
6 cucharadas de mantequilla derretida
1 cucharadita de extracto de vainilla
1 ½ tazas de fresas frescas, cortadas en cubitos pequeños
2 cucharadas de harina de maíz MASECA® Amarillo
(para mezclar con las fresas)
Miel para servir

Modo de preparación

- 1 Coloque la avena en la licuadora y pulse varias veces hasta que tenga una textura similar a una harina gruesa.
- 2 En un tazón grande, mezcle con un batidor la Maseca Amarillo, la avena molida, el azúcar, el polvo para hornear, el bicarbonato, la sal y la canela.
- 3 En otro tazón grande, mezcle la leche, los huevos, la mantequilla derretida y la vainilla.
- 4 Incorpore los ingredientes líquidos a los ingredientes secos y mezcle suavemente. No sobre mezcle. Deje reposar la masa durante 5-7 minutos para que la MASECA® se hidrate.
- 5 Mezcle las fresas picadas con las 2 cucharadas de MASECA® Amarillo (esto ayudará a que no se hundan). Incorpórelas con cuidado a la masa usando una espátula.
- 6 Precaliente la waflera y engrásela ligeramente siguiendo las instrucciones del fabricante. Aгреque la masa y cocine hasta que los waffles estén dorados y crujientes por fuera.
- 7 Sirva con un chorrito de miel.

Rinde 6 waffles



Galletas de Avena

Ingredientes

- 1/2 taza de harina de maíz MASECA®
- 1/2 taza de fécula de maíz
- 1 taza de avena
- 3 cucharadas de mantequilla fundida
- 1/4 taza de azúcar
- 1/2 taza de coco
- 1/2 cucharada de polvo para hornear
- 1/4 taza de semillas crudas de amaranto
- 1 cucharada de miel de maíz
- 1 clara de huevo
- 2 tazas de agua



Modo de preparación

- 1 Precalienta el horno a 180°C (360°F) y engrasa con una de las tres cucharadas de mantequilla una charola para hornear.
- 2 Con una batidora, mezcle a baja velocidad la avena, la harina de maíz MASECA®, la fécula de maíz, el azúcar, el coco, el polvo para hornear y el amaranto.
- 3 Incorpora el huevo, el resto de la mantequilla, la miel de maíz y el agua, hasta lograr una pasta más homogénea.
- 4 Forma bolitas con las manos y colócalas en la charola, después presiona para formar la galleta.
- 5 Hornea de 20 a 25 minutos. Las galletas cuando estén listas deben lucir un poco doradas.

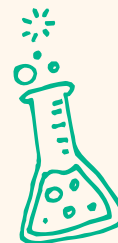
Tips:

Puedes agregar, pasitas, arándanos o chispas de chocolate.

Rinde 12 galletas aproximadamente



Tortitas de Papa, Brócoli y Zanahoria



Ingredientes

Para la mezcla:

- 1/4 de taza de harina de maíz MASECA® Antojitos
- 2 tazas de puré de papa natural, completamente frío (sin mantequilla ni leche)
- 3/4 de taza de floretes de brócoli al vapor, finamente picados
- 1/2 taza de zanahoria finamente rallada
- 1 huevo grande
- 2 cucharadas de cebolla blanca, muy finamente picada
- 1 diente de ajo, finamente picado
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/4 de cucharadita de pimienta negra

Para empanizar:

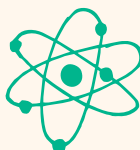
- 1 taza de harina Maseca® Antojitos
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/4 de cucharadita de ajo en polvo
- 1 taza de aceite para freír



Modo de preparación

- 1 En una sartén, coloque un poco de aceite y sofría el ajo, la cebolla y la zanahoria hasta suavizar un poco. Reservar.
- 2 En un tazón grande, combine el puré de papa con las verduras salteadas, el huevo, la sal, la pimienta y la harina de maíz MASECA® Antojitos. Mezcle bien hasta obtener una preparación homogénea. Refrigere durante 15 minutos.
- 3 Divida la mezcla en 12 porciones iguales (aproximadamente 3 cucharadas cada una). Forme tortitas de aproximadamente 6.5 cm (2 1/2 pulgadas) de diámetro y 1.25 cm (1/2 pulgada) de grosor.
- 4 En un recipiente poco profundo, mezcle los ingredientes para empanizar. Cubra ligeramente cada tortita con la mezcla, presionando suavemente para que se adhiera.
- 5 Caliente el aceite en un sartén a fuego medio. Fría las tortitas en tandas durante 3 a 4 minutos por cada lado, hasta que estén doradas y crujientes.
- 6 Colóquelas sobre un plato con papel absorbente y, si es necesario, sazónelas ligeramente con sal antes de servir.

Rinde 12 tortitas



Tacos Dorados de Papa



Ingredientes

Ingredientes para las tortillas:

2 tazas de harina de maíz MASECA®
1 1/3 tazas de agua
1/2 cucharadita de sal

Ingredientes para servir:

Lechuga iceberg finamente rallada
Jitomate en cubos
Jalapeños en rodajas
Queso fresco desmoronado

Ingredientes para el relleno:

2 libras de papas peladas
2 cucharaditas de consomé de pollo o vegetal
1/2 taza de leche baja en grasa
1 taza de queso estilo mexicano, rallado
Aceite para freír

$$E = mc^2$$



Modo de preparación

Ingredientes para las tortillas:

- 1 En un tazón grande, mezcle la harina de maíz MASECA®, la sal y 1 1/3 tazas de agua tibia. Mezcle con las manos hasta obtener una masa suave y homogénea. Si la masa está seca, añada agua poco a poco (de cucharadita en cucharadita).
- 2 Precaliente un comal o sartén a fuego medio-alto.
- 3 Divida la masa en 12 porciones y forme bolitas, manteniéndolas cubiertas para evitar que se resequen. Coloque cada bolita entre dos láminas de plástico y prénsela con una prensa para tortillas.
- 4 Cocine cada tortilla durante 30 segundos por lado, volteándola 3 veces en total. Manténgalas cubiertas con una servilleta de tela para conservarlas suaves y calientes.

Ingredientes para el relleno y los tacos:

- 1 Coloque las papas en una olla grande con suficiente agua para cubrirlas. Hiérvalas durante 20 minutos. Retire del fuego.
- 2 Machaque las papas con un prensador, añada el consomé y la leche, y continúe mezclando hasta integrar bien. Reserve.
- 3 Caliente aproximadamente 5 cm (2 pulgadas) de aceite en un sartén a fuego medio.
- 4 Rellene cada tortilla con 2 cucharadas de puré de papa y 1 cucharada de queso. Doble y fría durante 3 minutos por cada lado, o hasta que estén doradas y crujientes.
- 5 Coloque en un platón para servir. Añada lechuga, jitomate, rodajas de jalapeño y queso fresco desmoronado al gusto.

Rinde 12 tacos



Migas a la Mexicana

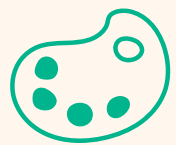
Ingredientes

8 tortillas de maíz hechas con harina de maíz MASECA® Nixtamasa
6 huevos grandes
2 cucharadas de leche
2 cucharadas de aceite para cocinar
¼ taza de cebolla blanca, finamente picada
½ taza de pimiento verde, finamente picado
1 tomate Roma mediano, picado
1 cucharadita de sal
Frijoles refritos, para servir

Modo de preparación

- 1 Corte las tortillas en cuadros o tiras pequeños.
- 2 Caliente el aceite en un sartén grande a fuego medio. Aгреque los trozos de tortilla y fríalos moviendo ocasionalmente, hasta que estén dorados y crujientes. Transfíeralos a un plato con papel absorbente. Limpie el sartén.
- 3 En el mismo sartén, sofría la cebolla y el pimiento verde hasta que estén suaves, aproximadamente 3-4 minutos. Aгреque el tomate y cocine por 1-2 minutos más.
- 4 En un tazón aparte, bata los huevos con la leche y la sal. Baje el fuego a medio-bajo y vierta la mezcla de huevo en el sartén con las verduras. Cocine, moviendo suavemente, hasta que se formen cuajos suaves.
- 5 Cuando los huevos estén casi listos, incorpore las tortillas crujientes. Cocine durante 30 a 60 segundos, solo hasta que todo esté bien caliente. Retire del fuego y sirva de inmediato acompañado de frijoles refritos.

Rinde para 4 porciones



Mini Brownies



Ingredientes

- 1/2 taza de harina de maíz MASECA®
- 1/2 taza de mantequilla sin sal, derretida
- 3/4 taza de azúcar morena (bien compactada)
- 1/4 taza de azúcar granulada
- 2 huevos grandes
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/3 taza de cocoa en polvo sin azúcar
- 1/4 cucharadita de sal
- 1/4 cucharadita de polvo para hornear
- 1/3 taza de chispas de chocolate, más extra para decorar



Modo de preparación

- 1 Precaliente el horno a 350 °F (180 °C). Engrase o forre un molde para mini muffins.
- 2 En un tazón, mezcle con un batidor la mantequilla derretida, el azúcar morena y el azúcar granulada hasta obtener una mezcla brillante.
- 3 Incorpore los huevos y la vainilla, batiendo hasta que la mezcla esté homogénea. Aгреque la cocoa en polvo y mezcle hasta integrar por completo.
- 4 Añada MASECA®, la sal y el polvo para hornear. Mezcle solo hasta integrar. Incorpore suavemente 1/3 de taza de chispas de chocolate.
- 5 Llene cada cavidad del molde para mini muffins hasta aproximadamente 3/4 de su capacidad. Hornee durante 10-12 minutos; el centro debe verse ligeramente suave. Decore con las chispas de chocolate restantes mientras los brownies aún estén calientes. Transfíralos a una rejilla y deje enfriar por completo antes de servir.

Rinde para 20-24 mini-brownies



ABC



$$E = mc^2$$

DESCUBRE MÁS EN:
mimaseca.com

  MiMasecaUSA



$$a + b = c$$

