



Tamal de Pollo Centroamericano

Ingredientes

Para la Masa:

- 1 kilo (2.2 libras) de harina de maíz Maseca®
- 200 gramos (7 onzas) de manteca de cerdo
- 6 ½ tazas de agua
- Sal al gusto

Para el Relleno:

- 1 taza de puré de tomate
- 3 chiles dulces picados
- 3 dientes de ajo picados
- 1 taza de cebolla picado
- 1 taza de caldo de pollo
- 3 tazas de pechuga de pollo cocida y deshebrada
- 3 cucharaditas de aceite
- 2 cucharaditas de sal
- Hojas de plátano tatemadas

Modo de preparación

Para la Masa:

1. Coloque la harina de maíz Maseca® en un tazón grande. Agregue la manteca, el agua y sal al gusto.
2. Mezcle y amase hasta obtener una masa suave, homogénea y ligeramente húmeda. Reserve.

Para el Relleno:

1. Licúe los chiles dulces, la cebolla, el ajo y el caldo de pollo hasta obtener una mezcla uniforme.
2. Caliente el aceite en un sartén y vierta la mezcla licuada. Cocine durante 2 minutos.
3. Agregue el puré de tomate, la sal y el pollo deshebrado.
4. Cocine a fuego medio hasta que el relleno espese y tome buen sabor.

Para los Tamales:

1. Coloque una porción de masa al centro de una hoja de plátano tatemada.
2. Añada una cucharada del relleno o la cantidad deseada.
3. Doble los lados hacia el centro y luego pliegue los extremos, formando un paquete bien sellado.
4. Coloque los tamales en una olla grande con rejilla y cocine durante 50 minutos al vapor.

18-20 Tamales