



Tamales Un Plato de México

Garyth Page Violette



Ingredientes

He ido a el supermercado comprar algunos de mis ingredientes y he pedido algunos en el internet.

Los ingredientes incluyen:

1. Chalas
2. Masa Harina
3. Salsa Verde y Pollo o Queso y Frijoles
4. Sal, Comino
5. Caldo de pollo
6. Levadura en polvo
7. Grasa



2.



EL PROCESO

Definiciones:

Remojar: Poner en agua.

Mechar: Cortar carne con un tenedor.

Doblar: Cambiar los lados.

Relleno: La pasta dentro de las chalas (masa y pollo/frijoles)

He remojado las chalas en agua por treinta minutos.

En el tiempo libre he cocinado el pollo.

He mezclado la harina, levadura en polvo, las especias, grasa y el caldo en un bol grande.

He mechado el pollo y añado salsa verde. También he mezclado los frijoles refritos con queso.

Entonces he puesto los rellenos en las chalas y doblado.

Finalmente, he cocinado los tamales con al vapor en una olla.

Fotos

