

# TAMALES



Gobierno del Estado de Oaxaca

## YUCATAN

### Tamales de Boda

#### Ingredientes:

- 8 Hojas de plátano asadas
- 1 Pollo Grande
- 1 Kilo de falda de cerdo
- 2 Kilos de masa de nixtamal
- 3/4 Kilo de mantea de cerdo
- 200 Gramos de achiote diluido en un poco de agua
- 8 Jitomates asados, pelados y sin semilla
- 1 Cabeza de ajo mediana
- 4 Ramas de epazote
- 1/4 Kilo de masa para el kol
- 2 Cebollas Grandes
- 2 Chiles habaneros asados, desvenados y picados

sal y pimienta

Preparación:

Se pone a cocer el pollo y la carne de puerco en una olla grande junto con 4 jitomates, las cebollas, la cabeza de ajos, 2 ramas de epazote. sal y pimienta y el achiote diluido junto con una cucharada de manteca.

Cuando el pollo está cocido se retira y se deja el cerdo hasta que se cueza. Se retira la carne del caldo y este se cuele pasándolo a otra cacerola grande, se le agrega 1/4 de kilo de masa diluida en un poco de agua fría a formar un atole espeso (kol).

Masa para tamal:

La masa se diluye en dos litros de agua fría y se cuele pasándola por la manta de cielo. Se pone en una cazuela honda junto con la manteca y sal al gusto, a fuego mediano y se bate constantemente con una pala de madera aproximadamente 1/2 hora o hasta que se le vea el fondo al cazo.

Se cortan las hojas de plátano asadas en cuadros de 30 x 30 cm. aproximadamente. Se pone una cucharada grande de masa en el centro de la hoja extendiéndola un poco, encima se coloca una pieza de pollo y un pedazo de puerco, se baña con una cucharada de Kol y se pone un pedazo de jitomate y una hojita de epazote. Si se desea un poco de picante se le pone un poquito de chile habanero picado.

Se cierra la hoja como tamal y se ponen a cocer en la vaporera por 1 hora. No se ponen muy encimados.



## **Tamales de Especia**

### Ingredientes:

1 Kilo de masa  
200 Gramos de carne de puerco molida  
10 Cucharadas de manteca  
sal  
1 Cebolla  
6 o 7 Jitomates asados pelados y sin semilla  
Pimienta molida al gusto  
1 Huevo duro  
1 Diente de ajo crudo y 1 asado  
1 Cucharadita de alcaparras  
1 Cucharadita de pasitas  
2 Hojas de plátano, cortadas en pedazos de 30 x 30 Cm. y asadas

### Preparación:

Se deshace la masa en agua, se cuele, se le añade sal y la manteca necesaria y se pone al fuego moviendo constantemente hasta que dé el hervor y quede espeso.

La carne se pone a cocer con un poquito de agua, sal, el diente de ajo crudo y una hoja de orégano, cuando está cocida se añade la mitad de cebolla y un jitomate picado, pimienta molida, el ajo asado, las alcaparras y pasitas y se deja cocer hasta que se consuma el agua.

Con los jitomates y cebollas picados y una cucharada de manteca se hace una salsa frita.

En cada pedazo de hoja de plátano se ponen dos cucharadas colmadas de la masa cocida y fría, una cucharada de puerco molido y encima una cucharada de salsa de jitomate y una rebanada de huevo duro. Se envuelve en la hoja y se pone sobre una parrilla a fuego muy lento hasta que se vayan a servir.

Nota: 1) se puede servir también sin usar las hojas de plátano, poniendo en un platón refractario la masa cocida caliente; cuando se enfría se le pone la carne, encima la salsa de jitomate y el huevo duro en rebanadas finas o desmenuzado. Antes de servir se calienta en el horno 15 minutos.

2) Estos tamales se pueden hacer con venado o pollo.

## **Atole Nuevo**

### Ingredientes:

20 Mazorcas tiernas ó 1 kilo de masa de elote tierno  
1/2 Kilo de azúcar  
1 Cucharada de sal

### Preparación:

Se prepara especialmente para el día de muertos

Se desgranar los elotes, despues se muelen y se deshace la masa en un poco de agua fría, se le añaden 10 tazas aproximadamente de agua caliente y se deja asentar. Esto se hace muy temprano o la noche anterior.

Cuando hayan pasado 6 horas, se le quita el agua que tiene encima; se le vuelve a poner agua limpia encima, se cuele y se cocina con el azúcar y la sal, se deja cocer sin dejar de mover, hasta que suelte el hervor, pero no debe hervir.

20-24 PERSONAS

### **Atole Chorreado**

#### Ingredientes:

1 Kilo de masa

1/2 Kilo de azúcar

3 Tablillas de chocolate molido con pimienta de tabasco y anís en grano

#### Preparación:

Se deshace la masa en 10 tazas de agua; después se cuele en la coladera de tela.

El chocolate molido se bate con 3 tazas de agua hirviendo; se añade la masa colada con azúcar y se cuece sin dejar de mover, hasta que tome consistencia de atole ligero, si es necesario se agrega un poco de agua.

20-24 PERSONAS

### **Atole de Pepita**

#### Ingredientes:

1/2 Kilo de maíz

1/2 Kilo de pepita chica

1/2 Kilo de azúcar

#### Preparación:

Se limpia bien el maíz y la pepita, se cocina con 8 tazas de agua aproximadamente.

Cuando esten suaves se lavan y se muelen; después de cuelan, se le agrega el azúcar y se pone a cocer con 8-10 tazas de agua, sin dejar de mover, hasta que tome consistencia de atole ligero. Si es necesario se agrega más agua.

20-24 PERSONAS



## **Elote Nuevo**

### Ingredientes:

1/2 Kilo de masa de elotes tiernos desgranados  
3 ó 4 Cucharadas de manteca  
2 Cucharadas de Mantequilla  
1 Cucharada de azúcar  
Sal al gusto  
2 Cucharadas de leche (opcional)  
100 Gramos de ciruelas pasas picadas  
50 Gramos de pasitas sin semilla  
Hojas tiernas de Elote

### Preparación:

La masa de elote se muele muy fina y se mezcla con la manteca, mantequilla, sal, azúcar y si se desea leche.

En las hojas de elote se coloca una bolita de la masa preparada, en el centro se le ponen ciruelas pasas y pasitas, se envuelven en la hoja del elote y se cuecen a vapor.

## **Tzolibilachy**

### Ingredientes:

1/4 Kilo de masa  
10 Cucharadas de espinaca o chaya picadas  
1 Cucharada de manteca  
Sal  
10 Hojas de espinacas muy bonitas u hojas de chaya  
50 Gramos de pepita tostada y molida o picada muy fina  
2 Huevos duros  
2 Jitomates asados, pelados y sin semilla  
1/2 Cebolla mediana  
1/2 Chile habanero picado fino  
1 Hoja de plátano chica

### Preparación:

Se mezcla la manteca con la masa, las espinacas picadas y se sazona con sal y un poquito de pepita molida, en el molcajete.

Se extiende con cuidado a la masa encima de la hoja de espinaca, se rellena con la yema de huevo picada. Se envuelve como taquito y después se envuelve nuevamente con hoja de plátano y se pone a cocer a baño maría, durante 45 minutos.

El jitomate se fríe junto con la cebolla y el chile habanero, deben quedar bien fritos; con esta salsa se acompañan los tamalitos y se espolvorean con otro poquito de pepita tostada.

Si con los mismos ingredientes se hace un relleno de huevos y pepitas, recubierto de hojas de chaya, se llama brazo de rey.

### **Crema de Pepita**

#### Ingredientes:

4 Cucharadas de pepita tostada y molida

#### Preparación:

Se cuele la pepita molida y se deshace junto con la bolita de masa en caldo de venado o de puerco, un poco aguado para que se pueda colar después. Se pone al fuego junto con el epazote, 2 cucharadas de manteca, sal y los jitomates colados, se mueve constantemente hasta que hierva y quede como una crema.

Se prepara la masa con manteca suficiente y sal, se divide en bolitas que se tortean en hoja de plátano, se pone a cada uno un poco de venado deshebrado y dos o más cucharadas de crema de pepita.

Se doblan, se envuelven con la hoja y se cuecen a vapor.

## **VERACRUZ**

### **Tamales Elote**

#### Ingredientes:

25 Elotes con sus hojas  
sal la necesaria  
750 Gramos de azúcar  
3/4 Kilo de manteca de puerco  
1 1/2 Kilos de costilla de puerco  
100 Gramos de chiles Chipotles  
1/4 Kilo de cebolla  
3 dientes de ajo  
12 Hojas de acuyo

#### Preparación:

Los elotes se deshojan con mucho cuidado para utilizar las hojas como envoltura. Estas se lavan, se le cortan las puntas, se escurren y se guardan.

En crudo se respa el grano y se muelen en el molino de mano. A los granos de elote molido se le revuelven primero 2 cucharadas de sal, 700 Gr. de azúcar y después la manteca a temperatura ambiente y se bate la mezcla (debe quedar con un sabor fuerte de sal y de dulce).

La carne se parte en crudo en pedazos chicos y se le pone un poco de sal. El chipotle se hierva, se muele con todo y semillas junto con la cebolla, el ajo, una cucharadita de sal y 50 Gr. de azúcar. En una cacerola se calienten 3 cucharadas de manteca y se fríe la salsa durante 20 minutos a fuego suave.

Sobre dos hojas de elote encontradas con las puntas hacia fuera se pone una cucharada grande de masa, un pedazo de carne, una cucharada sopera de salsa y un pedazo de hoja de acuyo lavada. Se doblan las hojas sobre el tamal, primero los costados y después las puntas y encima se le coloca otra hoja que se dobla hacia abajo. Cada tamal se amarra con tirita de hoja de elote para sujetar los 4 costados.

En la vaporera se colocan los tamales acostados con una capa de hojas al fondo y otra al final. Se tapa y se deja vaporizar durante una hora o hasta que la hoja se desprenda fácilmente de la masa.

Los tamales se colocan humeantes en un platón y se acompañan con frijoles negros refritos.

## **Tamales de Coco y Nata**

### Ingredientes:

1 Cucharada de tequesquite  
1/4 Litro de agua  
200 Gramos de manteca  
2 Tazas de nata bien escurrida  
300 Gramos de azúcar  
750 Gramos harina de maíz  
1/4 Litro de leche  
15 Gramos de coco fresco  
Hojas de maíz para 30 tamales

### Preparación:

El tequesquite se pone al fuego en el agua con unas cáscaras de tomate verde. Cuando suelta el hervor se deja enfriar y asentar. Se bate la manteca con una cuchara de madera hasta que esponje. Se incorpora la nata con el azúcar y se sigue batiendo hasta que esté bien esponjada. Se mezcla con la harina de maíz y el agua de tequesquite y se bate. Se le agrega la leche u se sigue batiendo todo hasta que al poner una poquita de masa en agua, flote, Se incorpora el coco rallado a la masa.

Las hojas de maíz se remojan desde la noche anterior. Por la mañana se enjuagan, se les corta la punta y se escurren. Sobre 2 hojas de maíz se extiende una cucharada de masa. Se doblan los lados de la hoja hacia el centro y la punta hacia abajo. Se acomodan los tamales parados en la vaporera con una capa de hojas al fondo y otra al final. Se vaporizan durante una hora o hasta que la hoja se desprenda fácilmente de la masa.

Se sirven calientes y se acompañan con chocolate o café caliente.

## **Tamales de Puerco o Pollo**

### Ingredientes:

1 Litro de agua  
2 Dientes de ajo  
1/2 Cebolla  
Sal la necesaria  
750 Gramos de carne maciza de cerdo o pollo  
100 Gramos de chile ancho  
1/4 Kilo de jitomate  
3 Cucharadas de aceite  
1/2 Kilo de manteca  
1 Kilo de masa de maíz  
1/4 De taza de caldo  
2 Rollos de hojas de maíz o totemoxtlés (suficientes para 30 tamales)

### Preparación:

Se pone a hervir el agua con 2 dientes de ajo, 1/2 cebolla y sal. Se agrega la carne en trozos y se cuece a fuego lento durante 1 1/2 hora. Se deja enfriar y se deshebra la carne. El pollo lleva menos tiempo de cocción.

El chile ancho se desvena y se pone a hervir junto con el jitomate por 20 minutos, cuando están cocidos se muelen y guisan en dos cucharadas de aceite.

Se bate la manteca con una pala de madera hasta que esponje al doble de su tamaño. La masa se afloja un poco con 1/4 de taza del caldo donde se coció la carne. se le agrega la manteca y la sal, y se sigue batiendo hasta que flote una bolita de masa en un vaso con agua.

Se ponen 2 cucharadas de masa en el centro de una hoja de maíz. Con el dorso de la cuchara se extiende hasta las orillas de la hoja. Se pone 1 cucharada de salsa con carne. Se cierra la hoja doblando las orillas al centro y la punta hacia abajo.

Se acomodan los tamales en la vaporera paraditos con una cama de hojas al fondo y otra encima. Se tapa la vaporera y se cuecen durante una hora o hasta que se puedan desprender fácilmente la hoja de la masa.

## **Tamales de Frijol**

### Ingredientes:

1/4 Kilo de frijol negro cocido  
1/4 Kilo de pipián en polvo  
50 Gramos de ajonjolí  
Chiles de árbol al gusto  
10 Hojas de aguacate secas en polvo

sal al gusto  
375 Gramos de manteca  
1 Kilo de masa de maíz martajado  
2 rollos de hoja de maíz remojadas (suficientes para 30 tamales)

#### Preparación:

Los frijoles, no muy recocidos, se escurren. El pipián en polvo, el ajonjolí y los chiles se doran en un comal, se muelen en molino y se agrega el polvo de hojas de aguacate. Se revuelve todo con los frijoles y se sazona con sal al gusto.

Se bate la manteca con una pala de madera hasta que esponje al doble de su tamaño. Se agrega la masa y se sigue batiendo hasta que flote una bolita en un vaso con agua y se sazona con sal.

Con esa masa se van haciendo tortillas pequeñas, se rellenan con la mezcla de frijol, se cierran bien para que no se salga el relleno y se ponen en las hojas de maíz. Se doblan los lados de la hoja hacia el centro y las puntas hacia abajo.

En la vaporera se acomodan los tamales paraditos. Se cubren con una cama de hojas al fondo y otra encima. Se tapan y se dejan vaporizar por una hora o hasta que la hoja se despegue con facilidad de la masa.

### **Tamales Pintos**

#### Ingredientes:

375 gramos de manteca  
1 Kg, de masa de maíz  
Sal al gusto  
1/2 Kg de frijoles tiernos en vaina (ejotes recios)  
Chiles verdes al gusto  
1 Manojito de Cilantro  
30 Hojas de elote frescas, lavadas y escurridas

#### Preparación:

La manteca se bate con una pala de madera hasta que esponje. Se agrega poco a poco la masa y la sal. Se amasa hasta que una pequeña bolita flote en un vaso con agua. Los ejotes, los chiles y el cilantro se pican en crudo. Se revuelven con la masa todos los ingredientes. Se hacen gorditas de 8 centímetros de diámetro y se ponen en las hojas de elote formando los tamales.

Se colocan acostados en una vaporera y se pone una cama de hojas de elote al fondo y otras al final. se tapan y se cuecen por una hora o hasta que la masa se despegue fácilmente de la hoja.

Para servirlos se acompañan con mole de Xico.

## **Tamal de Cazuela**

### Ingredientes:

1/2 Kilo de harina para tamales  
1/4 Litro de caldo de pollo  
350 Gramos de manteca de cerdo  
1 Hoja santa o una cucharada de hojas de epazote picadas  
1 Cucharada de polvo de hornear  
250 Gramos de carne de cerdo cocida y en trozos chicos  
3 Chiles (ancho, mulato o pasilla) asados, desvenados y molidos  
1 Jitomate asado y sin semillas y molido  
1 Rama de hoja santa o epazote

### Preparación:

Se pone la harina en una cacerola mezclandola con el caldo, hasta quedar como un atole espeso.

Se pone la mezcla anterior en manteca derretida. Se le agrega la hoja santa y sal. Se pone a fuego lento, sin dejar de mover hasta que espese y se pueda sacar limpia la cuchara.

Se retira del fuego y se bate hasta que blanquee; se le agrega el polvo de hornear integrándolo a la masa.

Se prepara un mole mezclando chiles, jitomates y hoja santa; se integra la carne y se cocina hasta que sazone, se rectifica la sal.

Se coloca una capa de masa en el refractario, otra de mole y, a manera de tapa otra capa de masa mas gruesa que la primera. Se mete al horno a 190° C Hasta que dore por encima. Se sirve caliente

NOTA: Se puede hacer el mole con carne de cerdo o pollo, pero si se prefiere pescado asado, se omite el epazote.

8-10 PERSONAS

## **Tamal de Bobo**

### Ingredientes:

2 Cebollas  
Sal la necesaria  
2 Chiles jalapeños  
1 Diente de ajo  
5 Jitomates  
1 1/2 Kilo de lomo de bobo  
limón el necesario

Pimienta al gusto  
1/2 Kilo de manteca  
1 Kilo de masa  
1/2 Taza de agua  
Hojas de plátano las suficientes para 25 o 30 tamales

#### Preparación:

Para preparar el relleno: Las cebollas se rebanan y se ponen a desflemar en agua de sal. Los chiles y el ajo se asan y se muelen con los jitomates. En una cacerola se calientan 3 cucharadas de aceite , se fríe la salsa y se sazona con sal. Se cocina a calor moderado durante 20 minutos. El bobo se parte en trozos pequeños y se unta con limón, sal y pimienta. Se guarda.

Para preparar la masa: Se bate la manteca con cuchara de madera hasta que esponje. Se suaviza con 1/4 de taza de agua y se amasa ligeramente. Se le agrega otro poco de agua, se bate a que haga ojos y se le pone sal. se junta con la masa y se sigue batiendo hasta que al echar una bolita en agua flote la masa.

Las hojas de plátano se asan para suavizarlas. Se toma una hoja de plátano ya cortada en cuadro y se le pone una cucharada grande de masa. Se le hace un pocito en el centro, se coloca un pedazo de bobo preparado, una rebanada de cebolla desflemada y una cucharada de la salsa de jitomate. Se doblan los lados de la hoja hacia el centro y la parte superior también. Se amarran con tiritas delgadas de la misma hoja.

En una vaporera con rejilla se ponen 2 litros de agua a hervir. Se cubre la rejilla con una capa de hojas y se colocan los tamales acostados y al final otra capa de hojas. Se tapa la vaporera y se deja vaporizar una hora o hasta que la hoja se desprenda fácilmente de la masa.

Para servir se acompañan con frijoles aguados o refritos.

### **Tamal de Libro**

#### Ingredientes:

4 Hojas de plátano  
1/2 Kilo de frijol negro cocido  
sal o azúcar al gusto  
1 Kilo de masa de maíz

#### Preparación:

Las hojas se limpian y se asan ligeramente para suavizarlas y evitar que se rompan al hacer el tamal. Se enjuagan y se secan.

Los frijoles cocidos se escurren y se muelen en seco con sal o azúcar según se prefiera.

A la masa se le agrega sal o azúcar y se amasa con las manos. Se extiende la mitad sobre una hoja de plátano. Se pone el frijol molido a cubrir la masa y se hace un rollo. Se repite el procedimiento con el resto de la masa. se amarran los tamales con tiras de la misma hoja.

Se cuecen a vapor durante 1 1/2 horas o hasta que se desprenda fácilmente la hoja de la masa.

Esta es la forma más tradicional de preparar este tamal que no lleva manteca. Para servirse se rebanan los rollos.

Si es salado , se acompaña con chileatole de cazuela. También se puede servir solo con café caliente.

### **Tamales de Flores de Izote**

#### Ingredientes:

1 Litro de agua  
2 Dientes de ajo  
1/2 Cebolla chica  
Sal al gusto  
3/4 de carne maciza de cerdo  
75 Gramos de chile ancho  
5 Chipotles  
125 Gramos de tomate de hoja  
1 Vaso de tomatitos silvestres citlali  
1 Raja de canela  
5 Pimientas gordas  
10 Pimientas chiquitas  
1/2 Kilo de manteca de cerdo  
1 Kilo de masa  
Flores de izote  
Hojas de berijao o de plátano las necesarias

#### Preparación:

En una olla se pone al fuego el agua con el ajo. la cebolla y la sal. Cuando rompe a hervir se introduce la carne cortada en cubos de 2 centímetros hasta que se cuece. Se hieven los chiles anchos, los chipotles, los tomates de hoja y los citlalitos y se muelen. Las especias se muelen en molcajete y se agregan a la salsa. En una cacerola con 2 cucharadas de manteca caliente se fríe la salsa durante 15 minutos y se agrega la carne cocida.

En una olla grande se desbarata la masa con la manteca y se va añadiendo el caldo donde se coció la carne hasta que la masa quede como atole. Se sazona con sal, se pone a fuego suave y se mueve constantemente con una pala de madera durante 20 minutos o hasta que se obtiene una consistencia de masa suave.

La flor de izote se limpia cuidando que no lleve pistilo ni que se pellizque porque se amarga, y se pone a hervir durante 10 o 15 minutos. Se hacen los tamales usando 2 hojas de berijao o de platanillo asadas. Se pone una porción de masa en una de las hojas puestas en cruz para que no se escurra la masa Se le pone en el centro 2 trozos de carne con el molito y las flores de izote cocidas. Se tiene lista la vaporera con el agua hirviendo con una capa de hojas de berijao al fondo. Se colocan los tamales acostados y se cubren con otra capa de hojas. se dejan al fuego durante una hora o hasta que la hoja se desprenda facilmente de la masa. Se sirven calientes y se acompañan con mole o frijoles.

30 Tamales

## **TABASCO**

### **Tamales de Chipilín**

#### Ingredientes:

375 gramos de manteca  
1 Kg, de masa de maíz  
Sal al gusto  
1/2 Kg de frijoles tiernos en vaina (ejotes recios)  
Chiles verdes al gusto  
1 Manojito de Cilantro  
30 Hojas de elote frescas, lavadas y escurridas

#### Preparación:

La manteca se bate en la batidora eléctrica o a mano hasta que esponje. Se agrega poco a poco la masa y la sal. Se amasa hasta que una pequeña bolita flote en un vaso con agua. Los ejotes, los chiles y el cilantro se pican en crudo. Se revuelven con la masa todos los ingredientes Se hacen gorditas de 8 centímetros de diámetro y se ponen en las hojas de elote formando los tamales.

Se colocan acostados en una vaporera y se pone una cama de hojas de elote al fondo y otras al final. se tapan y se cuecen por una hora o hasta que la masa se desprenda fácilmente de la hoja.

Para servirlos se acompañan con mole de Xico.

## **SAN LUIS DE POTOSI**

### **Tamal Perdido**

#### Ingredientes:

1/2 Kilo de masa de maíz  
1/4 Kilo de cecina  
1/4 Manteca  
1 Cucharada de polvo de hornear  
5 Chiles anchos remojados  
50 Gramos de manteca para la cecina  
1 Diente de ajo  
cominos  
pimienta y sal

#### Preparación:

La cecina se asa, se remoja en agua para que ablande, se machaca y fríe en la manteca, se le agregan los chiles molidos con los cominos, el ajo y un poco de agua; se deja hervir hasta que reseca y se retira del fuego.

Se bate la manteca hasta que esponje, se le agrega la masa, el polvo de hornear y la sal.

En un refractario engrasado se pone la mitad de la masa cubriendo todo el fondo, se vacía el relleno y se cubre con la otra mitad de la masa, apretando las orillas con un tenedor, se pica en el centro en la parte superior, se hornea a calor medio (180°C). Se parte en rebanadas y se sirve con café negro.

6-8 PERSONAS

## **QUERETARO**

### **Tamales de Elote**

#### Ingredientes:

1 Kilo de elote desgranado y molido (aproximadamente 10 elotes)  
150 Gramos de azúcar  
250 Gramos de manteca vegetal o de cerdo  
150 Gramos de mantequilla  
100 Gramos de pasitas remojadas en una taza de leche  
1/2 Cucharadita de sal  
Hojas tiernas de elote las suficientes para envolver los tamales, remojadas y escurridas

#### Preparación:

Con una cuchara de palo se baten perfectamente la manteca y la mantequilla, se añaden los granos de los elotes, la sal, el azúcar y la leche necesaria para formar una pasta, se sigue batiendo hasta que tomando una bolita de masa flote dentro de un vaso con agua.

En las hojas de elote se envuelve la masa para formar los tamales. Se cuecen en la vaporera durante 1 hora aproximadamente (hasta que las hojas se desprenden).

Se sirven muy calientes, solos o acompañados con crema y salsa de jitomate.

## OAXACA

### Tamales Oaxaqueños

#### Ingredientes:

4 Hojas de plátano grandes lavadas y hechas rollo  
1 Cebolla  
4 Dientes de ajo  
1 Pollo mediano  
1/4 Kilo de pierna de puerco  
1/2 Kilo de mole negro  
250 Gramos de manteca de cerdo  
1 Kilo de masa blanca para tortillas  
1/2 Taza de agua con 2 cucharadas de tequesquite  
sal al gusto

#### Preparación:

Las hojas de platano se cuecen por 20 minutos o hasta que no se vean verdes. Se escurren, se desenrollan, se secan y se cortan en cuadros de 20 X 20 Cm. aproximadamente

Se cuece la carne de puerco en agua a cubrir con ajo y cebolla. A media cocción se agrega el pollo en trozos y dos tazas de agua hirviendo y 1 cucharadita de sal. Se deja enfriar, se retira la carne, se quitan los huesos al pollo y se corta en pedazos medianos. Se reserva el caldo.

Se disuelve el mole con un poco de la parte grasosa del caldo y se pone a calentar.

Se bate la manteca a que quede blanda y esponjosa.

Se va incorporando la masa alternando con el caldo en el cual se habrá disuelto el tequesquite, se le agrega batiendo siempre la grasa que flota por encima del mole, y la sal necesaria.

Para saber si está a punto se toma una bolita, se pone en un vaso con agua, si flota está lista.

Se extienden las hojas y se untan con una capa ligera de masa, una cucharada de mole y dos de carne.

Se pone otra hoja encima y se dobla cuidadosamente en tres partes cuidando que queden las orillas sobre el centro y en seguida se le da la misma forma del otro lado; deben de quedar cuadrados como paquetito.

Se aseguran amarrándolos con tiritas del tronco de la hoja de plátano o un cordelito.

Se ponen a cocer en vaporera 1 1/2 horas, revisando que no le falte el agua. Un truco para controlar el agua es poner una monedita en el fondo de la vaporera; mientras haya agua se oirá su tintineo.

Se sabe cuando están cocidos cuando al abrir un tamal se desprende de la hoja.

## NUEVO LEON

### Tamales de Chile Colorado

#### Ingredientes:

1 Kilo de masa de maíz  
50 Gramos de pinole de maíz  
200 Gramos de manteca de cerdo o vegetal  
200 Gramos de manteca de res  
sal  
RELLENO  
1 Kilo de carne gorda de cerdo  
4 Dientes de ajo  
1 Cebolla  
50 Gramos de manteca  
1 Cucharada de harina  
1 Cucharada de azúcar  
2 Cucharadas de vinagre  
20 Chiles colorados de Sonora o anchos, remojados, desvenados y molidos  
150 Gramos de aceitunas  
100 Gramos de pasitas  
Hojas secas de maíz

#### Preparación:

La carne se pone a cocer con la cebolla, dos ajos y sal. Ya cocida se corta en cubos pequeños. Se reserva el caldo.

En la manteca se fríen 2 dientes de ajo, se retiran, se dora un poco la harina y se fríen los chiles, se agrega el vinagre, sal, el azúcar las aceitunas y la carne, se deja hervir hasta que espese para rellenar los tamales.

Se baten muy bien las mantecas, se les agrega la masa, el pinole, la sal y el caldo de la carne necesario para formar una masa que se bate hasta que poniendo un poco de ella en un vaso con agua flote en la superficie.

Las hojas de maíz se remojan, se escurren muy bien, después se le pone un poco de masa extendida, un poco de relleno y unas pasitas, se doblan formándose los tamales y se cuecen al vapor durante una hora aproximadamente.

PARA 20 PERSONAS

## NAYARIT

### Tamales de Camarón

#### Ingredientes:

1 Kilo de camarón fresco con cabeza sin pelar, bien lavado  
1 Kilo de masa de maíz  
350 Gramos de manteca (300 para la masa y 50 para freír)  
6 Chiles anchos grandes ligeramente asados, remojados y molidos  
4 Dientes de ajo picado muy fino  
1 Cebolla grande picada muy fina  
450 Gramos de jitomate picado  
3 Chiles poblanos asados y en rajitas  
3 Chiles serranos en rajitas  
1 Pizca de orégano  
sal al gusto  
50 Hojas de tamal puestas a remojar

#### Preparación:

Se ponen a calentar en una cacerola 4 tazas de agua con 1 cucharada de sal. Al momento que suelta el hervor se ponen los camarones, se dejan un minuto, se tapa la cacerola y se apaga, se dejan enfriar en su mismo caldo, este no se tira.

Cuando estan frios se pelan, se le quitan las cabezas y estas junto con las cascara se muelen en la licuadora o molcajete hasta obtener una pasta muy fina, se muelen y cuelan con el caldo de modo que solo quede en la coladera el bagazo de las cascara. se reserva esta mezcla.

Se bate la manteca hasta que esponje, se le agrega la masa con 4 cucharadas de chiles molidos y se sigue batiendo con un poco de mezcla de cabezas de camarones; debe de quedar cremosa.

Se pican los camarones, se calienta la manteca y se fríen los ajos, cebolla, jitomate y chiles en rajas, al final se pone el resto de chile ancho molido, los camarones y el resto de la mezcla de cabezas, se sazona con orégano y sal, se deja a fuego bajo hasta que tome consistencia, no debe quedar muy seco.

En las hojas de tamal se va untando la masa y en medio se le pone una cucharada grande de picadillo: se amarran de los lados, deben de quedar cilíndricos, se cuecen a vapor por 1 hora aproximadamente.

# MICHOACAN

## Tamales de Zarzamora

### Ingredientes:

1 kilo de zarzamoras bien lavadas  
1 kilo de masa para tamales  
1 Taza de agua  
1 Kilo de azúcar  
Hojas de maíz.  
Rinde para 20 piezas.

### Preparación:

Las zarzamoras se muelen y se cuelan. La masa se disuelve en el agua y se pone sobre la lumbre. Cuando empieza a espesar se añade el molido de zarzamora y el azúcar, se deja sobre la lumbre unos minutos más para que espese, se retira y se deja enfriar. Se va poniendo una cucharada de esta pasta en cada hoja de maíz, se doblan los tamales y se van colocando en una vaporera o tamalera y se dejan cocer aproximadamente una hora o hasta que se desprendan fácilmente de la hoja.

Se sirven como postre y se pueden acompañar con crema batida con azúcar glass.

## Uchepos de Leche

### Ingredientes:

8 Elotes sazones (no muy tiernos)  
3/4 Litro de leche  
200 Gramos de azúcar  
1 Raja de canela  
Hojas verdes de elote

### Preparación:

Los elotes se pelan y las hojas se ponen a remojar en agua caliente.

Los elotes se desgranar y se muelen en crudo con un poco de agua.

Se cuelan en una bolsa de manta de cielo y esta leche del elote se pone a hervir sin dejar de mover hasta que esté espesa, se le agregan la leche y el azúcar junto con la canela, se deja hervir moviendola constantemente, hasta que poniendo unas gotas a enfriar sobre una hoja, se cuaje.

Se retira de la lumbre y se coloca un poco de masa en las hojas de elote para que cuaje, luego se envuelven.

6 personas



## **Uchepos Rellenos**

### Ingredientes:

8 a 10 Elotes sazones (no muy tiernos)  
100 Gramos de mantequilla  
1 Cucharadita de polvo para hornear  
1/2 Kilo de carne de puerco cocida y deshebrada  
Hojas verdes de elote  
3 Chiles anchos asados y desvenados  
1/4 Jitomates pelados, sin semilla y picados  
5 Tomates verdes asados  
1 Diente de ajo apalstado  
3 Cucharadas de aceite  
Sal

### Preparación:

Los elotes se pelan y las hojas se ponen a remojar en agua caliente.

Los elotes se desgranar y se muelen en crudo.

Se ablanda la mantequilla y se bate bién con la pasta de elote, la sal y el polvo de hornear. Se reserva

Se muele el jitomate con los tomates, chiles y ajo.

El molido anterior se incorpora a la carne de puerco, se rectifica la sal y se fríe hasta que seque.

Se pone la pasta de elote en las hojas, se añade el relleno, se doblan como tamales y se cuecen en la vaporera por una hora aproximadamente.

8-10 personas

## **Uchepos Dulces**

### Ingredientes:

8 Elotes macizos de tamaño regular  
100 Gramos de mantequilla  
1 Taza de piloncillo rallado  
1 Raja de canela  
1 Puñito de anís  
1/2 Cucharadita de sal  
Hojas verdes de elote

### Preparación:

Los elotes se pelan y las hojas se ponen a remojar en agua caliente.

Los elotes se desgranar y se muelen en crudo.

La canela se muele con el anís. La pasta del elote se mezcla con la mantequilla, el piloncillo rallado, la canela y el anís. se agrega la sal.

Todos los ingredientes se baten hasta lograr una masa bien integrada.

Se abre la hoja de elote, se rellena con la masa y se cierra.

Los uchepos se colocan parados dentro de una vaporera y se ponen a cocer durante una hora.

Se sirven con crema o nata.

12 Tamales

## **Corundas**

### Ingredientes:

Hojas verdes de la planta del maíz  
1 Kilo de masa fresca  
250 Gramos de manteca  
1/2 Taza de agua tibia  
1 Cucharadita de sal  
1 Pizca de bicarbonato  
250 Gramos de harina de arroz  
250 Gramos de queso fresco  
1 Cucharadita de polvo de hornear

### Preparación:

Se mezcla todo batiendo hasta que queda una pasta muy tersa.

Con las hojas de maíz se va envolviendo como paquetes del tamaño de una nuez.

Se forra la rejilla de la vaporera con más hojas de maíz y encima se le colocan las corundas. Se cubre con mas hojas y se pone a cocer aproximadamente 1 hora y 15 minutos.

Se sirven con crema o jocoque, o como guarnición de platillos de carnes con salsa, o para acompañar los frijoles de olla.

Variaciones:

En lugar de manteca usar mantequilla y en lugar de agua, leche..

6-8 personas



# JALISCO

## Tamales de Pollo

### Ingredientes:

1 paquete de hojas de maíz  
1 taza de caldo de pollo  
450 grs. de harina de maíz  
25 grs. de manteca  
1/4 taza de tequezquite  
sal.

### PARA EL RELLENO:

1 pollo  
30 grs. de almendras  
30 grs. de manteca  
15 grs. de chile pasilla  
15 grs. de chile mulato  
60 grs. de chile ancho  
15 grs. de pan blanco  
15 grs. de ajonjolí  
1 taza de caldo  
2 clavos de olor  
1/2 cebolla  
1/2 raja de canela  
1 pimienta negra  
1/2 diente de ajo  
1/2 tortilla  
1/2 cucharadita de semillas de calabaza  
1/2 cucharada de semillas de chile  
sal y pimienta

### Preparación:

Batir la manteca hasta que quede espumosa. Agregarle la harina, el caldo tibio, el tequezquite y la sal. Seguir batiendo y cuando este a punto de hacer la prueba de la bolita en agua fría, (Si esta lista, una bolita de masa debe flotar). Entonces extender una cucharada de esta masa sobre las hojas de maíz, remojadas y escurridas. Colocar en el centro un trozo de pulpa de pollo, previamente cocido con los clavos de olor y sal un poco del relleno. Se doblan las hojas y se cuecen los tamales a baño maría, durante una hora aproximadamente, es decir hasta que se desprendan las hojas.

RELLENO: Cortar los chiles, desvenarlos y remojarlos en agua caliente. Luego molarlos. Freír la tortilla, el pan, y las semillas de calabaza. Aparte, en una sartén, se tuestan el ajonjolí y las semillas de chile. Se muelen todos estos ingredientes con las almendras, la pimienta negra, la cebolla y el ajo, y se fríen en la manteca. Ya bien fritos, se agregan los chiles molidos, el pollo restante, deshebrados, el caldo, la sal y pimienta; y se deja espesar bastante. Se retira, y con esto se rellenan los tamales.

Se obtienen 24 tamales

## **Tamales de Nuez**

### Ingredientes:

1 paquete de hojas secas de maiz  
375 grs. de harina para tamales  
1/2 taza de caldo de pollo  
1/2 cucharada de polvo de hornear  
1 1/4 taza de manteca  
175 grs. de azúcar  
125 grs. de nuez picada  
3/4 taza de mantequilla  
1 cereza en almibar para cada tamal  
1/4 cucharadita de anís

### Preparación:

Batir la manteca con la mantequilla hasta que quede cremosa.

Agregar la harina, ya mezclada con el polvo de hornear y el azúcar.

Verter poco a poco el caldo y el anís, sin dejar de batir para que esponje. Probar si la masa esta bien hecha, poniendo un poquito de ella en un vaso de agua fria. Si sube rapidamente a la superficie, quiere decir que está a punto. Sí por el contrario se queda al fondo, es que falta batir mas la preparación. Incorporar las nueces picadas sin batir, pero removiendo suavemente hasta quedar perfectamente mezcladas. Lavar las hojas de maíz en agua fria, y mantener en remojo unos 30 minutos hasta que se pongan flexibles.

Tomar luego una a la vez, y en el centro poner una cucharada de la masa, colocando encima una cereza. Envolver el tamal. Una vez envueltos los tamales, se disponen en una vaporera y se tapan. se ponen a cocinar a fuego fuerte, aproximadamente 45 minutos. Tener cuidado que no les falte agua. Cuando el relleno se desprende de la hoja, quiere decir que los tamales ya estan cocidos.

Servir muy calientes.

## **Michitamal**

### Ingredientes:

1 kg. de harina para tamales  
1\2 kg. de robalo  
1\4 kg. de jitomate  
250 grs. de manteca  
25 grs. de alcaparras

25 grs. de aceitunas  
1\2 taza del cocimiento de tequesquite  
1\2 litro de caldo de res  
1\2 cebolla  
4 dientes de ajo  
4 chiles serranos en vinagre  
3 cucharadas de aceite de oliva  
hojas secas de maíz  
sal y pimienta

#### Preparación:

El pescado se parte en trozos chiquitos. Se fríe en aceite de oliva, con 1 diente de ajo y se sazona con sal y pimienta. Se le añade el jitomate, que se habra molido con la cebolla y los ajos restantes, las alcaparras, las aceitunas y los chiles picados. Se deja refreír bien.

Batir la manteca hasta que esponje, y agregarle el caldo, el cocimiento de tequezquite, la harina y la sal, batiendo hasta que todo se haya incorporado bien. Se lavan y escurren las hojas de maíz, se secan y se preparan los tamales, poniendo en cada hoja 2 cucharadas de masa y una de pescado. Se doblan y se disponen en la tamalera, para que se cocinen al vapor a fuego muy suave por aproximadamente una hora.

.  
20 a 22 Tamales

### **Tamales de Champiñones**

#### Ingredientes:

1/2 kg. de harina para tamales  
250 grs. de manteca  
1 paquete de hojas de maíz  
1 1/4 cucharadas de sal  
3/4 taza de caldo  
3/4 cucharada de royal  
Para el relleno:  
1/2 kg. de champiñones picados  
1 ajo entero  
1 ramita de epazote picada  
sal  
2 Cucharadas de Mole

#### Preparación:

Mezclar la harina con el caldo, la manteca derretida y la sal.

Batir muy bien, y cuando una bolita de masa flota en un vaso de agua fría, se le mezcla el polvo de hornear y se aparta.

Lavar muy bien los champiñones y picarlos. Freirlos con el ajo, el epazote picado y la sal. Se agrega a esta preparación 2 cucharadas de mole, (previamente preparado), y se deja espesar un poco.

Poner un poco de cada preparación en las hojas de maíz, formar los tamales y cocinarlos a baño maría.

20 a 22 Tamales

## **Tamales de Calabacitas**

### Ingredientes:

1\2 kg. de masa (se compra ya preparado)  
1\2 kg. de calabacitas tiernas  
1\2 queso fresco  
125 grs. de manteca  
1\2 cucharada de polvo de hornear  
1\2 cucharada de epazote picado  
1\2 cucharada de sal  
1\4 litro de caldo de carne  
chiles verdes, picados.

### Preparación:

Batir la manteca a punto de crema con al polvo de hornear y la sal. Agregarle la masa, mezclada antes con un poco de caldo.

Se continua batiendo y se vierte el caldo necesario. Se prueba, y si está al punto se le añaden las calabacitas picadas, el chile, el epazote y el queso desmenuzado. Se revuelve todo muy bien, para que se incorpore perfectamente, pero sin batir.

Las hojas se remojan, se lavan y se secan. En cada una se coloca la masa ya preparada, y se envuelven como todos los tamales se cocinan al vapor o a baño maría.

20 a 22 Tamales

## **HIDALGO**

### **Zacahuil**

### Ingredientes:

12 Kilos de masa seca (algo martajada)  
700 Gramos de chile ancho  
150 Gramos de chile guajillo  
120 Gramos de chile pasilla  
130 Gramos de cebolla asada  
4 Cabezas de ajo asadas  
6 Kilos de manteca de puerco  
50 Gramos de polvo de hornear  
1 Guajolote o pavo grande (6-8 Kilos)  
6 Kilos de carne de puerco abierta como para milanesa o falda  
1 Canasto de carrizo de 40 cm. de alto por 45 cm. de ancho  
40 Hojas grandes de plátano asadas y mojadas  
10 Pencas de maguey  
2 Cuerdas largas (6 metros aproximadamente) para amarrar

sal

Preparación:

Se parte el guajolote en piezas y se pone a cocer en 4 litros de agua y dos cucharadas de sal hasta que suelte el primer hervor.

Los chiles se desvenan y remojan en agua caliente. El ajo y la cebolla se muelen con los chiles, se frien en 5 cucharadas de manteca y 1 cucharadita de sal, se les agregan 2 tazas de agua y se dejan hervir por 5 minutos.

A la masa se le revuelve el polvo de hornear, caldo de guajolote, el resto de la manteca, 2 cucharadas de sal y el agua donde se remojaron los chiles. Se bate bien, debiendo quedar la masa suave, y se deja reposar 2 horas.

La canasta se forra por dentro con hojas de plátano, se humedecen bien debiendo dejar parte fuera para poder envolver el zacahuil.

En el fondo y los lados de la canasta se pone una capa de masa de 2 cm. de grueso; encima se le pone salsa; después una capa de carne delgada de puerco cruda y espolvoreada de sal; luego salsa y más masa, la carne de guajolote bien repartida y bañada con salsa, y así sucesivamente, alternando carne, salsa y masa, se tapa con las hojas. Con las restantes se envuelve la canasta y se amarra bien. Se cuece en horno de barbacoa muy caliente poniendo pencas de maguey encima de la lumbre y sobre estas la canasta cubriéndola con mas pencas y tapando el hoyo con tierra y lumbre encima. Se puede poner el horno a las 7 de la noche y se deja cocer durante toda la noche, para tomarse en el almuerzo.

60 PERSONAS

## **ESTADO DE MEXICO**

### **Tamal de Cuchara**

Ingredientes:

8 Tazas de grano de elote tierno  
1 Taza de leche  
2 Cucharadas de mantequilla  
1 Cucharada de sal

Preparación:

Se muelen los granos de elote con la leche, grasa derretida, azúcar y sal; debe quedar con un poco de textura.

Se pone a cocer a fuego lento la mezcla anterior, moviendo siempre con la cuchara hasta que se vea el fondo del cazo.

Se sirve una cuchara grande en cada plato y encima se le pone pollo en mole o cualquier otra carne con mole rojo o verde.

esta mezcla también sirve para rellenar chiles.

## **DISTRITO FEDERAL**

### **Tamales de Coco**

#### Ingredientes:

1 Kilo de harina de nixtamal para tamales  
250 Gramos de coco rayado seco  
250 Gramos de mantequilla  
250 Gramos de azúcar  
1 Cucharadita de polvo para hornear  
150 Gramos de pasitas  
5 Gotitas de pintura vegetal roja  
20 Totomoxtles

#### Preparación:

Los totomoxtles se remojan en agua caliente, durante media hora. Se dejan escurrir.

Se remoja el coco en una taza de agua hasta que suavice.

La mantequilla se bate hasta que esponje. Se le agrega el azúcar, la harina, el polvo para hornear y el agua donde se remojó el coco, hasta formar una pasta suave. Para probar que la pasta está a punto, se pone una bolita de masa en un vaso de agua fría, si flota, la pasta ya está lista.

Finalmente se le añade la pintura vegetal para que la masa quede de color rosa. Se incorpora el coco rayado.

A los totomoxtles se les pone una cucharada de masa y unas pasitas encima. Se doblan formando los tamales y se cuecen a vapor durante una hora.

Estos tamales son muy socorridos en las primeras comuniones y se acompañan con atole.

### **Tamales de Huevo y Mantequilla**

#### Ingredientes:

1 Kilo de harina de nixtamal para tamales  
250 Gramos de mantequilla  
1 Taza de azúcar  
6 Huevos  
50 Gramos de almendras peladas y picadas

50 Gramos de pasas  
1 Cucharadita de polvo para hornear  
1 Pizca de sal  
20 Totomoxtiles

#### Preparación:

Los totomoxtiles se ponen a remojar en agua caliente, durante media hora. Se dejan escurrir.

La mantequilla se derrite. Se deja enfriar y se incorpora al harina batiendo constantemente.

Se añade el azúcar y los huevos uno a uno, sin dejar de batir.

Luego se agrega la sal y la cucharadita de polvo para hornear, batiendo constantemente hasta que todos los ingredientes estén bien incorporados.

Se pone una cucharada sopera de esta masa en el centro de cada totomoxtle, añadiéndole encima las almendras picadas, los piñones y las pasas. Se cierra la hoja, se dobla, y se acomodan los tamales en una vaporera.

El tiempo de cocción al vapor es de una hora aproximadamente.

### **Tamales de Vigilia**

#### Ingredientes:

2 tazas de maíz cacahuzintle (para pozole)  
120 Gramos de mantequilla  
3 Huevos  
1 Cucharada de polvo para hornear  
6 Chiles poblanos  
3 Jitomates  
2 Dientes de ajo  
1 Manojito de cilantro  
Aceite de oliva  
Hojas de plátano

#### Preparación:

El maíz se pone a cocer hasta que reviente. Se le quita el agua y se deja secar toda la noche

Los chiles se asan, sudan, desvenan, lavan y se cortan en rajas. Los jitomates se pelan, despepitan y pican finamente. Por separado se pican también el ajo y el cilantro.

En un sartén se pone el aceite de oliva y se sancochan el ajo, las rajas, el jitomate y el cilantro. Cuando la salsa ya espesó, se deja enfriar.

El maíz se muele. Se le agrega la mantequilla derretida y se bate. Después se le agregan las yemas, el polvo de hornear y la sal. Se continúa batiendo.

Las claras se baten a punto de turrón y se incorporan al resto de la mezcla.

Se engrasa un molde y se le hace una plantilla con hoja de plátano, para evitar que se pegue. Se vierte una capa de la masa, en medio las rajas guisadas y luego otra capa de masa.

El molde se cubre con papel encerado y se cuece al vapor, durante 45 minutos.

## **Tamales de Frijol**

### Ingredientes:

5 Tazas de harina de nixtamal para tortillas  
50 Gramos de manteca  
2 taza de frijoles negros refritos  
10 Chiles serranos  
15 Totomoxtles  
1/2 Cucharadita de sal

### Preparación:

Los totemoxtles se ponen a remojar en agua caliente por media hora y se dejan escurrir.

El harina se mezcla con la sal y poco a poco se le añade agua tibia. Se agrega la manteca derretida y se mezcla bien con el harina, batiendo vigorosamente durante 10 minutos.

Se cubre una tabla grande de madera (25 X 40 cm.) con un pedazo de plástico y se extiende la masa con la mano, de manera uniforme, a que quede de 1 cm. de grosor.

Con la masa se hacen tortillitas pequeñas.

Se colocan los frijoles refritos encima de la masa y con el plástico se ayuda a formar un rollo de 5 cm. de ancho. El rollo se adelgaza rodándolo con la mano encima de la tabla.

El rollo se corta en pedazos regulares de 6 cm. cada uno y se envuelven en los totemoxtles. A la hoja se le retuerce la punta, misma que se encaja en el centro del tamal.

se cuecen a vapor durante una hora y se sirven con crema y chile serrano.

## **CHIAPAS**

### **Tamales Untados**

### Ingredientes:

1 Kilo de masa  
1/4 Kilo de manteca  
1 Pollo en Piezas  
400 Gramos de carne de puerco en trocitos  
1 Cabeza de ajos asada  
1 Cebolla asada  
4 Cucharadas de aceite  
5 Chiles anchos asados y desvenados  
5 Jitomates asados, pelados y sin semilla y picados grueso

3 Dientes de ajo picados  
3 Cucharadas de cebolla picada  
1 Pizca de oregano  
24 Aceitunas sin hueso  
12 Ciruelas pasas partidas a la mitad o 3 cucharaditas de pasitas  
50 Gramos de almendras partidas a la mitad  
3 Huevos duros ó 2 plátanos machos ligeramente cocidos y rebanados  
Sal y pimienta  
4 Hojas de plátano asadas y cortadas en pedazos de 30 X 30 cm.

#### Preparación:

El pollo se pone a cocer con la carne de puerco en poca agua con el ajo asado, cebolla y sal.

Cuando este frío el caldo se retiran las carnes y se pican no muy fino. Se reservan.

Se muelen muy bien los jitomates, los chiles, el ajo, la cebolla y el orégano. Se ponen en una cazuela las 4 cucharadas de aceite y se le añade lo molido durante 8-10 minutos. Se incorporan las carnes con una taza del caldo en que se cocieron y se deja a fuego lento a que tenga una consistencia de mole espeso. Se reserva.

Se derrite la manteca y cuando esté tibia se incorpora a la masa batiendo bien, se sazona con sal. Debe quedar una pasta muy suave. Si la masa estuviera muy seca, se le puede ablandar añadiendole un poco de caldo en donde se cocinaron las carnes.

Se toma una cucharada grande de masa, se coloca en el centro de una hoja de plátano se extiende un poquito y encima se le ponen unos pedazos de carne con su salsa, aceitunas, 1/2 ciruela o pasitas, almendras y una rebanada de plátano o huevo. La primera vez se hace como si doblara una carta en tres partes y despues los lados de manera simétrica hacia abajo, debe de quedar un tamal cuadrado cuando es tamal de diario y cuando es tamal de fiesta se hace enrollado y se amarran los dos extremos con una tira de la orilla de la hoja de plátano.

El tamal de diario y el de fiesta difieren solo por su forma.

10-12 PERSONAS

## **BAJA CALIFORNIA**

### **Tamales de Camarón**

#### Ingredientes:

1 Kilo de harina de maíz  
450 Gramos de manteca  
1 Cucharadita de polvo de hornear  
6 Hojas de plátano  
RELLENO

40 Gramos de aceite o manteca  
1 Cebolla grande picada  
300 Gramos de jitomate  
6 Dientes de ajo  
50 Gramos de pasitas  
50 Gramos de almendras  
6 Pimientas  
1/4 De calabaza de casco amarilla, cruda, pelada y picada  
400 Gramos de camarón seco pelado  
20 Aceitunas  
10 Alcaparras  
3 Chiles en vinagre cortados en rajas  
2 Cucharadas de vinagre  
8 Cucharadas de aceite  
Sal  
Azúcar  
Pimienta

#### Preparación:

Se bate la manteca hasta que esponje, se le agrega la harina cernida con el polvo de hornear, hasta formar una masa consistente

En el aceite o manteca se fríe la cebolla y el jitomate molido con el ajo, pimientas, almendras y pasitas; se agrega la calabaza, se sazona con sal y azúcar, se le agreja 1/2 litro de agua; cuando la calabaza está cocida se le ponen los camarones, las aceitunas, alcaparras, chiles y el vinagre, se sazona con sal y pimienta, se hierve hasta que espesa, se retira.

A las hojas de plátano se le quita la vena del centro, se asan para que suavicen, se corta en cuadrados de 30 cm. aproximadamente, se coloca en el centro un poco de masa, se extiende bien y se le pone un poco de relleno, se cuecen a vapor durante 1 Hora.

