

Tamales de Frijoles de Ayocotes

Tiempo de preparación: 180 Min



Ingredientes

Frijoles ayocotes molidos: 300 Gramos

Manteca: 200 Gramos

Sal: c/n

Hojas de Totomoxtle: c/n

Masa de nixtamal: 1 Kilo

Preparación de la Receta

- Usar frijoles a la olla y moler en el metate hasta formar una especie de pasta de *frijol*.
- Una vez lista la pasta de *frijol*, agregar una cucharada de *manteca* y mezclar muy bien.
- En el metate, extender la masa de nixtamal hasta que recubra toda la superficie del metate.
- Untar por arriba a la masa de nixtamal la pasta del *frijol* con *manteca*.
- Hacer con el dedo, una separación en medio del metate para que queden dos porciones.
- Enrollar cada porción de masa de abajo hacia arriba.
- Palmotear bien este rollo y tomar porciones pequeñas (como bolitas).
- Tomar las hojas de totomoxtle hidratadas, se colocan estas bolitas y se envuelven muy bien.
- Poner en la vaporera por lo menos unos 40 minutos. Se sabe que están bien cocidas por la consistencia de la masa, que debe estar firme, y el cambio del *color* de las hojas.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/tamales-de-frijoles-de-ayocotes>