Tortilla de chía



Ingredientes

Chía:

Harina de trigo:

Harina de Maíz:

Preparación de la Receta

- Agregamos *harina* de trigo y **chía** a la *harina* de maíz nixtamalizado
- Luego, incorporamos agua de a poco
- Amasamos con las manos hasta obtener una consistencia firme.
- Colocamos una hoja de poli papel en la prensa para tortillas, formamos una bolita de masa y la ponemos sobre la hoja, cubrimos con la otra y cerramos la prensa para formar la tortilla.
- Tomamos la tortilla cuidadosamente y llevamos a una sartén o comal.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/tortilla-de-chia