

# TORTILLAS DE MAÍZ

Las personas que han probado las tradicionales tortillas de maíz elaboradas a mano, coinciden en que son indudablemente superiores a las industrializadas.

La **gastronomía mexicana** es considerada por la Unesco como Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, resulta necesario proteger también los ingredientes que le confieren tal distinción.

La tortilla de maíz es, un eje fundamental de todas las cocinas regionales de nuestro país (MÉXICO).

## INGREDIENTES

PORCIÓN: 30 Tortillas aproximadamente

- Sal
- 700g de harina de maíz
- Agua

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBER DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

750 gr. de harina de maíz a un bowl y agregamos poco a poco 4 tazas de agua tibia. Agregando e integrando poco a poco. Agregamos  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal y amazamos bien.

reposar durante 10 minutos.

un plástico sobre la base de la prensa, colocamos una bolita de masa y cubrimos con otro plástico. Prensamos para obtener la tortilla de preferencia delgada. La colocamos en un comal muy caliente. Dejamos la tortilla 30 segundos y le damos la vuelta 30 segundos más. Volvemos a dar la vuelta y la dejamos 40 segundos más de cada lado.

retiramos a una servilleta de tel y tapamos bien.

í hacemos con toda la masa.

.

Ver video