

¡QUÉ MARCAS TIENEN MAQUILLAJE VEGANO!

Elegir una marca de maquillaje vegano no se limita a los ingredientes contenidos en sus productos, sino más aún en evitar que se usen animales para la experimentación, una práctica común y cada vez más innecesaria. Si bien hay países que aún hacen estos crueles procedimientos, en México quedaron prohibidos desde 2021 a través de la reforma a la Ley General de Salud. Por esta preocupación, muchas marcas optan por crear sus productos con ingredientes más naturales, evadiendo así la experimentación en animales y logrando conseguir el sello que garantice que son libres de crueldad, como Cruelty Free, o una certificación que indique lo mismo, como la de PETA. Algunas de estas marcas disponibles en México son Yuya de Republic Cosmetics, Beauty Creations Cosmetics y NYX Cosmetics.

Fecha de la noticia: 5 enero 2023 heralldodemexico.

TAMALES DE DULCE

Los tamales tienen una historia de más de 500 años y son un clásico de la gastronomía mexicana.

¡Tienes que probar!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 24 TAMALES APROXIMADAMENTE.

- 500 gr. de harina de maíz
- Hojas para tamal

- Colorante vegetal rojo
- Agua
- 1 y 1/2 cucharaditas polvo para hornear
- 1/2 cucharadita de bicarbonato
- 1 pizca de sal
- 80 ml. de aceite vegetal – 4 cucharadas de vinagre
- 3/4 taza azúcar
- 100 gr. arándanos

NOTA: TODAS LAS FRUTAS Y VERDURAS DEBEN DE ESTAR PREVIAMENTE LAVADAS Y DESINFECTADAS.

MODO DE PREPARACIÓN

1-Enjuagamos hojas de maíz suficientes para 25 tamales. Y las ponemos a remojar en un recipiente con agua caliente a cubrir durante 30 minutos. Pasado ese tiempo las ponemos a escurrir. (Dejamos enfriar el agua y la podemos poner en las plantas)

2-Ponemos a calentar en una cacerola 1 litro de agua y cuando ya esté muy caliente, apagamos el fuego y le agregamos unas gotas de pintura vegetal roja (Apartamos)

3-En un recipiente hondo agregamos 500 gr. de harina, agregamos $\frac{3}{4}$ de taza de azúcar, agregamos 1 y $\frac{1}{2}$ cucharadita de polvo para hornear, agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de bicarbonato y una pizca de sal. Mezclamos bien los ingredientes. Agregamos el agua que ya tiene color, poco a poco y mezclamos bien.

4-Si vemos que queda muy dura la masa, podemos agregar un poco más de agua con color. Hasta obtener una masa suave y de fácil mezclar. Agregamos 4 cucharadas de vinagre y 80 ml de aceite vegetal. Mezclamos hasta integrar bien todos los ingredientes. Probamos de azúcar y agregamos al gusto. Agregamos 100 gr de

arándanos y mezclamos.

5-Untamos una porción de masa a la hoja seca de maíz, envolvemos por los dos lados y apretamos un poco hacia arriba la masa. Doblamos lo que sobre de la hoja de maíz hacia atrás. Así hacemos con toda la masa hasta acabar.

6-Ponemos en una vaporera para tamales o en una olla profunda, agua hasta la medida (si gustan pueden poner dos pequeñas monedas). Sobre ponemos la rejilla, y acomodamos una cama de hojas de tamal. Acomodamos los tamales parados perfectamente con el doblés de la hoja hacia abajo. Ponemos otra cama de hojas de maíz y ponemos un trapo limpio. Ponemos la tapa y encendemos el fuego. Cuando escuchemos el ruido de las monedas, o que hayan pasado 6 minutos, bajamos a flama baja. Dejamos que hiervan por una hora. (debemos estar pendientes del sonido de las monedas, si ya no suenan podemos agregar más agua, por una orilla de la olla).

7-Sacamos un tamal, y lo abrimos. La hoja debe desprenderse fácilmente de la masa. Si todavía les falta cocción, los dejamos entre 15 y 30 minutos más. Cuando estén listos, apagamos el fuego.

8-Presentamos

VER VIDEO

@carmengonzalez8093

< **Mmmm ricos Muchas gracias**

@anasusanaromeroacruz3237

Gracias < por compartir sus talentos. El ETERNO los Bendiga.

@yulianalaso4897

Hola gracias por la receta los voy a hacer pero en hoja de plátano porque tengo mucha jeje, saludos desde Playa del Carmen Quintana Roo

@margaritadelgadillo4434

Mi estimada señora linda , que deliciosos tamales dulces , son los que más me gustan , un afectuoso abrazo < para ustedes , muchísimas gracias <