

# BUDÍN DE ELOTE CON CHILE POBANO

¡Consiente a tus invitados con esta receta!

Elaborada, pero deliciosa.

¡Tienes que probar!

## INGREDIENTES

**PORCIÓN: 4 PERSONAS**

- 1 elote o cohoclo
- 1/2 cebolla
- 1 chile poblano
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de polvos para hornear
- 3 cucharadas de fécula de maíz
- 1 taza de harina de maíz
- 1 cucharada de levadura nutricional
- 1/2 taza de leche vegetal
- 1/4 taza aceite
- Aceite para freír
- Queso de papa Queso de papa tipo fondue – Cocina Vegan Fácil  
( )
- 3/4 taza crema vegana Crema de almendras con sal – Cocina  
Vegan Fácil (Reeditado) ( )

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

## **MODO DE PREPARACIÓN**

1-Precaentamos el horno a 180° C o 350° F y engrasamos con un poco de aceite vegetal un molde para horno. Le tamizamos en todo el fondo y los lados pan molido o harina. Apartamos

2-Ponemos en un recipiente de minipimer o vaso de licuadora  $\frac{1}{2}$  taza de leche vegetal, agregamos la mitad de los granos de un elote (La otra mitad la apartamos) y licuamos bien. Apartamos.

3-En un tazón ponemos una taza de harina de maíz, agregamos 2 cucharadas de fécula de maíz,  $\frac{1}{2}$  cucharadita de polvos para hornera,  $\frac{1}{2}$  cucharadita de sal y  $\frac{1}{2}$  cucharadas de levadura nutricional (opcional). Mezclamos bien los ingredientes y agregamos  $\frac{1}{2}$  taza de aceite vegetal. Mezclamos bien y agregamos la leche que licuamos con los granos de elote. Mezclamos hasta obtener una masa.

4-Pasamos la masa al molde que tenemos listo y expandimos en todo el fondo. Nos ayudamos con una pala mojada para darle suavidad. La metemos al horno ya precalentado por 30 minutos.

5-En lo que sale el molde del horno, ponemos un chile poblano directamente la lumbre y lo tatemamos de todos lados. Lo metemos a una bolsa de plástico por 15 minutos a que sude. Lo sacamos y le retiramos toda la piel con ayuda de un cuchillo. Le retiramos las venas y las semillas. Lo partimos en cubos pequeños. Apartamos.

6-En un sartén ya caliente vertemos un poco de aceite vegetal y agregamos la otra mitad de los granos de elote y sofreímos hasta que transparenten. Agregamos  $\frac{1}{2}$  cebolla rebanada en medias lunas delgadas. Mezclamos constantemente hasta que la cebolla esté transparente. Vaciamos en un plato y apartamos.

7-Pasados los 30 minutos de que metimos el molde al horno, lo

revisamos de cocción introduciendo un palillo hasta el fondo, éste debe de salir seco. Lo sacamos de horno con cuidado de no quemarnos. (No apagamos el horno).

8-En una sartén ya caliente vertemos un poco de aceite vegetal y agregamos los cuadritos de chile poblano, sofreímos por 2 minutos. Agregamos la cebolla con los granos de elote que ya tenemos listos y mezclamos. Agregamos  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal y mezclamos bien. Apagamos el fuego y agregamos  $\frac{3}{4}$  de taza de crema vegana y mezclamos bien. Probamos de sal y agregamos al gusto.

9-Agregamos nuestra preparación al molde que ya tenemos listo. Expandimos todo el guisado y agregamos abundantemente queso de papa. Y lo metemos al horno hasta que gratine bien el queso. Sacamos del horno y lo apagamos.



10-Presentamos.

**VER VIDEO**

**@gloriavega4248**

**Felicidades se ve rica su receta y mas se le antoja a uno como se la saborea su hijo saludos desde Guadalajara**

**@ilsereyesdebelle8302**

**Riquisimoooooooooooooooooooooooooooo mil gracias  
Familia vegana fácil Hermosa super like  **

**@MultiMaitreya**

Esto debe saber exquisito!!! Muchas gracias!!

**@marinarosales6653**

Señora me encanta su forma de cocinar todo lo que hace es delicioso, y da más hambre cuando prueba su hijo el plato del día