

Zorruyos de Maíz

Juanita Ruiz
Puerto Rico

Porciones: 6 personas

Rinde: 12 unidades pequeñas

Tiempo: 30 minutos

Ingredientes

- 1 taza de harina de maíz de grano fino
- 2 tazas de agua
- 3 cucharadas de aceite de canola, divididas
- 2 cucharaditas de miel
- 1 cucharadita de sal marina

Instrucciones

- ✦ Combine el agua, la miel y 2 cucharadas de aceite en una cacerola pequeña y lleve al punto de hervir.
- ✦ En un tazón, mezcle la harina y la sal.
- ✦ Agregue la mezcla de agua hirviendo a la mezcla de harina de maíz mezclando constantemente.
- ✦ Forme 12 tortitas de tamaño mediano con la mezcla.
- ✦ En un sartén de tamaño mediano, caliente el aceite de canola restante a fuego alto.
- ✦ Agregue las tortitas de a poco y sofría hasta que estén doradas. Dé vuelta y sofría del otro lado.
- ✦ Repita con las tortitas restantes.

¿Sabía Usted?

Utilice harina de maíz de grano fino molida a la piedra (stone ground) y no molida con agua (water milled). El molido a piedra conserva casi todas las sustancias nutritivas del maíz y tiene una textura suave con el sabor del maíz dulce.

