

TAMALES.

ENERO 31 DEL 2013.

La palabra tamal es de raíz náhuatl y significa “envuelto”. El origen de esta tradicional comida ha sido disputado por varios países de América y no hay pruebas suficientes para atribuirlos a alguna en particular. Debido a que las culturas del México prehispánico fueron quienes llevaron el maíz y sus distintas formas de prepararlo, a otras regiones, se podría llegar a concluir que el tamal se inventó en México pero esto no se ha podido afirmar con certeza. A lo largo de América Latina poseen nombres característicos, como nacatamal en Honduras, tayuyo en Cuba y guanime en Puerto Rico.

Así se le llama a una gran variedad de platillos del continente americano que se preparan con masa envuelta en hojas de maíz, plátano o aguacate y cocinados al vapor. Hay un sinfín de guisos de carnes, verduras, frutas y salsas con lo que se rellena la masa de estos envueltos.

El historiador Español Fray Bernardino de Sahagún, documentó en el siglo XVI el vínculo de los tamales con los ritos funerarios, tradición que subsiste en la actualidad a través del consumo de tamales en el Día de los Muertos, los días 1 y 2 de noviembre. También es tradición comer tamales el 2 de febrero, Día de la Calendaria.

Todos los años se festejan en la Ciudad de México la Feria Latinoamericana del Tamal durante los primeros días de noviembre para coincidir con la celebración del Día de Muertos y la Feria del Tamal alrededor del 2 de febrero, en conmemoración del Día de la Candelaria.

TAMALITOS DE ZARZAMORA.

ESTILO MICHOACAN.

Ingredientes:

1 k. zarzamoras.

½ k. azúcar.

½ k. masa para tamales.

Hojas secas de maíz, lavadas y remojadas en agua calientes.

- Se lavan las zarzamoras, se muelen y cuelan.
- disolver la masa en un poco de agua y poner al fuego en un cazo grueso.
- cuando empiece a hervir, añadir las zarzamoras ya coladas y el azúcar.
- mover hasta que espese y dejar enfriar.
- en cada hoja ya seca, poner una cucharada de masa, envolver el tamal y colocar en vaporera.
- la vaporera prepararla con una buena cama de hojas secas y dentro del agua una rajita de canela.
- cocinar al vapor, hasta que cuajen. (ya saben, que se desprenda muy bien el tamal de la hoja.)
- los tamalitos ya fríos, se sirven como postre.

TAMALES DE ELOTE.

Ingredientes:

- 8 tazas de elote desgranado.
- 2 cdas. Fécula de maíz.
- 25 cdas. Azúcar, medidas rasas.
- 1 taza de mantequilla clarificada.
- 2 cdas. Polvo para hornear.
- 1 taza de leche fresca.
- 2 ctas. De sal.
- Hojas de elote lavadas y secas. (verdes)

- licúe los granos de elote por partes. Vacíe a un molde para batir.
- licúe la mantequilla, leche, sal y polvos para hornear y fécula.
- incorpore a los granos ya molidos el azúcar y vacíe el resto de los ingredientes.
- Bata bien, forme los tamalitos y cocine en vaporera por 45 min. Aproximadamente.
- sirva los tamales acompañados de queso, crema, salsita y un vaso de leche fría.
- también puede servir los tamales calientitos con un trozo de mantequilla solamente, quedan ricos.

TAMALES DE ELOTE.

Ingredientes:

- 10 elotes tiernos.
- 1/3 taza leche.
- 2 cdas. Azúcar.
- 1 cda. Sal.
- 2 cdas. Mantequilla derretida o manteca de cerdo.

3 yemas de huevo.

-desgranar los elotes, guardar las hojas y lavarlas.

-deben salir 5 tazas de granos, de otra manera completarlas.

-1 taza de granos licuarlos con la leche e ir añadiendo los granos hasta tenerlos molidos perfectamente ayudados por la leche que no debe ser demasiada.

-añadir la sal, azúcar, mantequilla y yemas.

-revolver todo muy bien.

-preparar la vaporera con agua, acomodar en el fondo de la rejilla las hojas rotas o más duras y en las hojas tiernas, colocar una cucharada de masa, enrollar y doblar las puntas hacia arriba. Repetir el proceso en cada hoja.

-acomodar en la vaporera y tapar.

- cuando el agua empieza a hervir, bajar el fuego y cocinar aproximadamente 1 hora. Verificar que no se evapore toda el agua.

-dejar enfriar 10 min. saque un tamal y si se desprende de la hoja la masa, está listo.

Sirva con queso, crema y salsa a su gusto o simplemente con mantequilla.

TAMALES DE CAMARON. CRISTY.

Ingredientes:

2 k. masa.

2 k. camarón fresco.

½ k. camarón seco molido.

½ k. manteca de cerdo.

¼ k. mantequilla.

¼ k. manteca vegetal.

2 cdas. Polvo para hornear.

1 cda. Bicarbonato de sodio.

2 chilacates remojados, licuados y colados.

½ k. jitomate.

1 cebolla chica.

2 manojos de hojas de tamal, remojadas y escurridas.

Chiles serranos en escabeche. O naturales.

Sal y pimienta.

-Batir la manteca cerdo y vegetal con la mantequilla juntas hasta esponjar. Agregar el polvo para hornear, la masa y el camarón seco y molido, los chilacates, caldo de camarón y un poco de sal.

GUISADO DE CAMARON:

-Sancochar los camarones frescos, retirar del fuego, pelarlos.

-En poco aceite se guisa cebolla, ajo, chile verde y el jitomate todo bien picadito, se sazona y

añadimos el camarón pelado. (Podemos utilizar también el camarón entero sin pelar como los de Sinaloa)

-Las hojas ya remojadas, escurridas, se untan con una cuchara y en medio ponemos el guisado de camarón. (o si elegimos enteros colocar unos 4 ó 5 camarones)

-Se envuelven y vamos acomodando en la vaporera que ya tendrá el agua hirviendo para que cuajen.

Tardan aproximadamente 1:30 hrs.

TAMALES DE ACELGAS.#2

Ingredientes:

1 k. masa de maíz.

250 gr. Manteca de cerdo blanqueada.

1 cdta. Polvo de hornear.

1 cdta. Sal.

-batir la manteca a que esponje y añadir poco a poco la masa y polvos.

-hacer la prueba de la masa, formando una bolita y dejándola caer en un vaso con agua.

-si flota es que está esponjosa y lista.

RELLENO.

Trocitos de queso o panela.

Hojas de acelgas limpias y secas.

-tomar una bolita de masa y en medio poner la panela o queso, cerrarla y envolver con hojas de acelgas, acomodar en la vaporera.

-dejar cocinar 50 min.

SALSA:

½ k. fajitas o trocitos de pollo.

2 chiles poblanos en rajas.

1 cebolla grande en medias lunas.

1 cdta. Sal.

1 d. ajo picado.

4 jitomates picados.

1 cdta. Consomé en polvo.

-sal y pimienta.

Aceite.

-en una cazuela con aceite, acitronar cebolla, chile en rajas y ajo.

-añadir el pollo y dejarlo dorar un poquito.

- cuando este cristalizado, añadir el jitomate y dejar que suelte sus jugos.
- sazonar con sal y pimienta o consomé.
- se añade algo de caldo o agua y si se desea un poco de puré de tomate.
- el guiso debe quedar aguadito.
- servir sobre los tamales la salsa y adornar con queso rallado.

Son unos tamalitos muy nutritivos y fáciles, ya que la salsa la podemos hacer sencilla o con el pollo o cerdo o lo que nosotros queramos. Añadir un poco de cilantro para adornar.

MASA UNIVERSAL PARA TAMALES.

Ingredientes:

1 k. masa de molino.

250 gr. Manteca cerdo.

1 cda. Polvo de hornear.

1 cda. Sal.

1 cda. Azúcar.

Líquido si es necesario. Caldo, leche o agua, según el caso.

- blanquear manteca de cerdo con hielo o agua helada.
 - añadir la masa en pequeñas bolitas y seguir batiendo.
 - luego sazonar con sal, azúcar y polvo de hornear.
 - hacer la prueba del vaso con agua.
 - tomar una hoja para tamal, con el revés de la cuchara, untar la masa y rellenar al gusto, cerrar el tamal y colocarlo en la vaporera.
 - 1 hora aprox. Si no se enciman mucho.
 - *para hacerlos dulces, se les añade 250 gr. De azúcar y una cda. Sal molida.
- Recuerden que tiene mucho que ver el relleno del tamal.
- ate, frutos secos humedecidos con leche condensada, mermelada, cajeta, etc.

SALSA PARA TAMALES.

100 gr. Chiles pasillas remojados en agua hirviendo 15 min.

1 taza jugo naranja.

3 d. ajo.

Un poco de aceite.

Sal.

¼ pza. cebolla.

Licuar la cebolla, ajo, chiles y un poco del agua de remojo.

-freír la salsa e incorporar el jugo de naranja.

Sazonar con sal y servir.

Sugiero: añadir un poco de puré de tomate para darle más cuerpo.

Queridas amigas, amigos, espero les gusten estos deliciosos tamalitos, pueden tomar la base de alguno y cambiar el relleno o el sabor, lo importante es reunirnos en familia y compartir.

Que DIOS los bendiga y feliz día de la candelaria.

Con cariño. Lety Orozco de Huerta.