

Sazón



EDICIÓN

18

**NUEVOS
POSTRES
Y BEBIDAS**

PÁG. 25, 35

**RECETAS
INSPIRADAS
EN NUESTRA
COMIDA
LOCAL**



**Chuletas
con Tajadas**
PÁG. 20

Sazón

EDICIÓN

18



SAZONSULA.COM



SAZÓN SULA



SAZONSULAHN

STAFF

PRODUCCIÓN EJECUTIVA

LACTHOSA SULA

DIRECTORA EJECUTIVA

VIVIAN KAFIE

JEFA DE MARCA

STEPHANY RIVERA

CHEF

ISAAC ARBAÑIL

FOTÓGRAFO

DANIEL MENDOZA

DIRECTOR DE ARTE

OSCAR ARDÓN

ÍNDICE

DELICIAS CATRACHAS

- PÁG. 6** MAR Y TIERRA
- PÁG. 8** CHANCLETAS DE PATASTE
- PÁG. 10** SOPA DE FRIJOL Y COSTILLA
- PÁG. 12** CAMARONES A LA DIABLA
- PÁG. 14** CARACOL AL AJILLO

- PÁG. 16** PLATO TÍPICO
- PÁG. 18** TAQUITOS FRITOS
- PÁG. 20** CHULETAS CON TAJADAS
- PÁG. 22** SALPICÓN
- PÁG. 24** BURRITAS



POSTRES

- PÁG. 26** ROSQUILLAS EN MIEL
- PÁG. 28** ARROZ CON LECHE
- PÁG. 30** QUESADILLAS
- PÁG. 32** FLAN DE QUESO Y FRESAS
- PÁG. 34** FRUTAS EN MIEL

BEBIDAS

- PÁG. 36** CACAO
- PÁG. 38** DOS 20
- PÁG. 39** CALICHE
- PÁG. 40** CÓCTEL DE CAÑA
- PÁG. 42** POZOL

Sazón de Casa

Nuestro país goza de una gastronomía propia, nacida de la tradición y los orígenes culturales. La sazón de nuestra cocina no es más que el resultado de la historia de los pueblos: una fusión de elementos étnicos, culturales y sociales que hacen de nuestro estilo gastronómico una mezcla de sabores, productos y recetas.

A lo largo de Honduras hay algo para disfrutar y deleitar los sentidos. Después de todo, la gastronomía no se trata sólo del placer de percibir olores y sabores, va más allá de eso y puede ser la excusa perfecta para generar conversación o intercambiar experiencias.

Las recetas de esta edición están inspiradas en las costumbres culinarias caseras de los hogares hondureños, platillos que vemos y disfrutamos diariamente los cuales queremos revalorizar con nuestro toque especial y diferente.



Delicias Catrachas

MAR Y TIERRA

CHANCLETAS DE PATASTE

SOPA DE FRIJOLES Y COSTILLA

CAMARONES A LA DIABLA

CARACOL AL AJILLO

PLATO TÍPICO

TAQUITOS FRITOS

CHULETAS CON TAJADAS

SALPICÓN

BURRITAS

MAR y TIERRA



Dificultad baja



2 - 3 Porciones



40 Minutos

Ingredientes

- 2 jaibas limpias
- 1 pescado limpio (corvinilla)
- ½ libra de camarones limpios
- ½ libra de mejillones
- 1 libra de filete de res
- ½ taza de Jugo de Tamarindo SULA
- ¼ taza de Jugo de Manzana SULA
- 4 cucharadas de Mantequilla Amarilla SULA
- ½ cucharada de paprika
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cabeza de ajo
- 2 limones
- Ramas de tomillo



Procedimiento

- Disponer todos los mariscos y el pescado en una bandeja para horno, sazonar con sal, pimienta y paprika, Mantequilla Amarilla SULA, jugo de 1 limón, Jugo de Tamarindo SULA, Jugo de Manzana SULA y 1 cabeza de ajo entera cortada a la mitad, agregar rodajas de limón y las ramas de tomillo
- Cocinar todo en horno a 350°F de 15 a 20 minutos
- Cocinar el filete de res a temperatura media, dejando que se dore de 2 a 3 minutos por lado, una vez cocido, cortar en rebanadas de 1 dedo de grosor aproximadamente
- Servir acompañando de limón y aguacate



Chancletas de Pataste



Dificultad baja



3 Porciones



45 Minutos

Ingredientes

- 3 patastes
- 1½ taza de Crema SULA
- ½ taza de Queso Parmesano SULA
- 1 barra de Mantequilla Amarilla SULA
- ½ libra de Quesillo SULA picado
- 1 cucharada de miga de pan
- 1 taza de chorizo barbacoa picado
- Sal y pimienta al gusto

Procedimiento

- Cortar los patastes por la mitad y a lo largo, limpiar de la semilla y retirar un poco de la pulpa en el centro, sazonar con sal, pimienta y Mantequilla Amarilla SULA, envolver en papel aluminio cada mitad y hornear por 30 minutos a 375°F
- En una sartén disponer el chorizo picado, sofreír y luego agregar la Crema y Quesillo SULA picado, mezclar y agregar miga de pan, dejar cocinar 5 minutos
- Disponer todos los patastes sin papel aluminio en una bandeja de horno, rellenar con la salsa recién preparada, agregar Queso Parmesano SULA y hornear a 400°F de 10 a 15 minutos, servir





SOPA DE FRIJOLES Y COSTILLA



Dificultad baja



3 - 4 Porciones



1 Hora, 30 Minutos

Ingredientes

- 2 libras de costilla de cerdo
- 1 libra de frijoles
- 5 hojas de cilantro de pata
- 1 cabeza de ajo partida a la mitad
- ½ taza de cilantro castilla
- ¼ taza de cebollín picado
- 4 cucharadas de Crema SULA
- ½ taza de Queso Cheddar SULA rallado
- 1 aguacate partido en 4 partes
- 2 limones
- Sal, pimienta y comino al gusto

Procedimiento

- Sazonar la costilla de cerdo con sal, pimienta y comino al gusto, jugo de limón y agregar aceite normal y mezclar bien, disponer en una bandeja para horno con 2 tazas de agua y cocinar a 350°F por 45 minutos
- En una olla a presión disponer los frijoles, agua a cubrir y el ajo, cocinar a presión por 1 hora, verificar que los frijoles estén blandos
- Agregar las costillas homeadas dentro de los frijoles y cocinar sin tapar por 15 minutos, añadir cilantro de pata y sazonar al gusto con sal, pimienta y comino
- Servir acompañado por aguacate, cebollín, cilantro castilla, Crema SULA y Queso Cheddar SULA rallado





CAMARONES A LA DIABLA



Dificultad baja



2 - 3 Porciones



30 Minutos





Ingredientes

- 1 libra de camarones limpios
- 4 tomates picados
- 2 cucharadas de pasta de tomate
- 1 taza de cebolla picada
- 2 cucharadas de ajo picado
- 1 cucharadita de cilantro picado
- 2 cucharadas de Mantequilla Amarilla SULA
- ½ taza de Jugo de Naranja SULA
- Sal, pimienta y comino al gusto
- 1 lima o limón

Procedimiento

- Sazonar los camarones con sal, pimienta y comino, agregar unas gotas de jugo de lima o limón, Jugo de Naranja SULA y ½ cucharadita de ajo, mezclar y dejar reposar en frío
- En una cacerola, sofreír en Mantequilla Amarilla SULA el resto de ajo junto con la cebolla y los tomates picados, dejar cocinar a temperatura media por 10 minutos

mezclar cada cierto tiempo para evitar que se queme y añadir ½ taza de agua con 2 cucharadas de pasta de tomate, mezclar y dejar cocinar por 10 minutos más

- Agregar los camarones mezclar y dejar cocinar 10 minutos y servir

* Se pueden acompañar con arroz blanco, yucas fritas o cocidas y también se puede usar para tacos

Caracol al Ajillo



Dificultad baja



2 - 3 Porciones



30 Minutos

Ingredientes

- 1 libra de caracol
- ¼ taza de Néctar de Pera SULA
- ¼ taza de Jugo de Piña SULA
- 1 cucharadita de romero picado
- 2 cucharadas de ajo picado
- 2 barras de Mantequilla Amarilla SULA
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 2 cucharadas de cebollín picado
- 1 limón persa en rodajas
- Sal y pimienta al gusto

Procedimiento

- Lavar y limpiar el caracol quitando superficialmente las partes duras, cortar en pequeños pedazos y sazonar con sal, pimienta, gotas de jugo de limón, ½ cucharada de ajo picado, Néctar de Pera y Jugo de Piña SULA, reservar en frío
- En una sartén, disponer las barras de Mantequilla Amarilla SULA a temperatura baja, agregar el ajo, romero y aceite de oliva, agregar el caracol y cocinar a temperatura media por 5 minutos
- Subir a temperatura alta por 1 minuto al final, añadir cebollín y servir





Plato Típico



Dificultad baja



4 Porciones



45 Minutos

Ingredientes

- 2 tazas de frijoles cocidos
- 2 tazas de arroz cocido
- ½ taza de chile verde picado
- ½ taza de cebolla picada
- 2 cucharadas de cilantro picado
- Sal, pimienta y comino al gusto
- 4 plátanos maduros
- 4 cucharadas de Crema SULA
- 4 cucharadas de Queso Parmesano SULA
- ½ libra de Quesillo SULA picado
- 4 huevos
- 2 aguacates
- 2 libras de filete de res limpio

Procedimiento casamiento

- Sofreír ligeramente el chile verde, la cebolla y el cilantro picado, agregar los frijoles, arroz y mezclar, sazonar al gusto y reservar

Procedimiento

- Disponer los plátanos con todo y cáscara a hornear a 350°F por 25 minutos, retirar del horno, abrir por la mitad y rellenar con Queso Parmesano, Crema y Quesillo SULA picado, volver a hornear por 10 minutos más o hasta que el relleno quede gratinado
- Dividir en 4 piezas el filete de res y sazonar la carne con sal, pimienta y comino, en una sartén caliente cocinar a temperatura media la carne hasta obtener el término de su preferencia
- Para servir, freír los huevos y servir el casamiento, con plátano relleno de Quesillo SULA, aguacate y el filete de res





TAQUITOS FRITOS



Dificultad media



3 - 4 Porciones



40 Minutos

Ingredientes

- 18 tortillas de maíz
- 2 tazas de pechuga de pollo cocida y desmenuzada
- 1 taza de tomate picado
- ½ taza de cebolla picada
- 1 cucharada de ajo picado
- ¼ taza de chile verde picado
- ¼ taza de Néctar de Melocotón SULA
- ½ taza de Crema SULA
- ¼ taza de Queso Parmesano SULA
- ½ litro de aceite vegetal
- ½ taza de repollo morado picado
- ½ taza de lechuga picada
- 3 limones
- ½ taza de tomate picado sin semillas
- ½ taza de cebolla picada
- ½ taza de pepino picado sin semillas
- Sal, pimienta y comino al gusto

Procedimiento

- En una sartén disponer 1 taza de tomate picado, ½ taza de cebolla y 1 cucharada de ajo, dejar cocinar a temperatura media por 10 minutos, añadir el Néctar de Melocotón SULA y ½ taza de agua, dejar cocinar 5 minutos más, agregar el pollo desmenuzado, mezclar y sazonar con sal, pimienta y comino al gusto. Dejar enfriar
- Para armar los taquitos, pasar rápidamente las tortillas por aceite caliente y rellenar cada una con 1 cucharada de la preparación anterior, asegurar con un palillo para dientes para que no se desarme, armar todos los taquitos
- Freír en aceite caliente hasta que la tortilla quede crujiente. Retirar los palillos después de freír

- Mezclar el repollo con la lechuga y sazonar con sal, pimienta y limón
- Mezclar el tomate sin semillas, cebolla y pepino, sazonar con limón, sal y pimienta
- Servir disponiendo una cama de lechuga con repollo, los taquitos encima y terminar con la ensalada de tomate, cebolla y pepino, Crema SULA y Queso Parmesano SULA





Chuletas con Tajadas





Ingredientes

- 4 chuletas
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharadita de achiote
- 1 cucharadita de ajo molido
- ¼ taza de Jugo de Piña SULA
- ¼ taza de Jugo de Tamarindo SULA
- 2 barras de Mantequilla Amarilla SULA
- 2 limones
- 1 taza de chile morrón rojo picado
- ½ cucharadita de ajo picado
- 1 cucharada de cilantro picado
- 4 plátanos verdes
- Aceite para freír

Procedimiento

- Sazonar las chuletas con sal, pimienta, achiote, ajo molido, ¼ taza de Jugo de Piña SULA, ¼ taza de Jugo de Tamarindo SULA y dejar reposar
- Mezclar el chile morrón rojo picado con ½ cucharadita de ajo molido, sal, pimienta, cilantro picado y jugo de limón. Reservar en frío
- Cortar en láminas finas el plátano verde (también se puede hacer con ayuda de un pelador), lavar, escurrir bien y freír en abundante aceite hasta dorar. Sazonar con sal
- En una sartén a temperatura media disponer las chuletas con Mantequilla Amarilla SULA, cocinar hasta que estén completamente cocidas y dorar por ambos lados
- Servir las chuletas, las tajadas y la ensalada de chile morrón



Dificultad baja



4 Porciones



30 Minutos

Salpicón



Dificultad baja



2 - 3 Porciones



1 Hora, 30 Minutos

Ingredientes

- 1 libra de mano de piedra
- Sal, pimienta y comino al gusto
- 1 chile jalapeño en rodajas
- 1 rabano pequeño en rodajas
- 2 cucharadas de cilantro picado
- 1 cebolla roja en julianas
- 2 limones
- 2 cucharadas de vinagre
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- ½ taza de Jugo de Manzana SULA
- ½ taza de Néctar de Pera SULA

Procedimiento

- En una olla a presión disponer la carne el Jugo de Manzana SULA, Néctar de Pera SULA y agua hasta cubrir 4 dedos por encima de la carne
- Cocinar por un espacio de 1 hora, verificar que la carne este suave
- Desmenuzar la carne y sazonarla con sal, pimienta, comino, jalapeño en rodajas, cilantro picado, cebolla roja, rabano, jugo de limón, vinagre y aceite de oliva. Mezclar todo y verificar el sabor
- Servir acompañado de tortillas de maíz





Burritas



Dificultad baja



4 Porciones



45 Minutos



Ingredientes tortillas de remolacha

- 1 libra de harina de maíz
- 1 taza de crema de remolacha (cocinar la remolacha y licuar con su agua)
- 1 taza de agua de remolacha (donde se cocinó)
- ½ taza de Queso Parmesano SULA

Ingredientes

- ½ libra de Queso Crema SULA
- 4 cucharadas de Crema SULA
- 2 aguacates
- 4 chorizos
- 4 huevos
- 1 taza de frijoles cocidos
- 1 plátano maduro

Procedimiento tortillas de remolacha

- En un bol disponer la harina de maíz, la crema de remolacha y mezclar hasta integrar bien todo. Agregar el Queso Parmesano SULA y volver a integrar
- Añadir agua de remolacha de a pocos hasta obtener una consistencia firme y suave. Elaborar las tortillas (con ayuda de una tortillera si no se tiene experiencia) y cocinar en un comal o sartén a temperatura alta

Procedimiento

- Cocinar los chorizos partidos a la mitad a lo largo. Freír los huevos y el plátano cortado en láminas gruesas
- Calentar los frijoles cocidos
- Para armar la burrita disponer una tortilla, sobre esta el huevo, luego los frijoles, Crema SULA y otra tortilla, continuar con el plátano maduro, chorizo, otra tortilla y agregar el aguacate con el Queso Crema SULA y terminar con una tortilla





Postres

**ROSQUILLAS EN MIEL
ARROZ CON LECHE
QUESADILLAS
FLAN DE QUESO Y FRESAS
FRUTAS EN MIEL**

ROSQUILLAS EN MIEL





Dificultad baja



4 Porciones



45 Minutos

Ingredientes

- 15 rosquillas grandes
- Hojas de zacate limón
- ½ taza de Néctar de Pera SULA
- ½ taza de Jugo de Piña SULA
- 1 taza de dulce de rapadura rallado

Procedimiento

- En una olla disponer el Jugo de Piña SULA y el Néctar de Pera SULA, agregar el dulce de rapadura rallado, unas 10 hojas de zacate limón, y 1 taza de agua, dejar cocinar hasta que la mezcla obtenga una textura ligeramente densa
- Agregar las rosquillas y cocinar a temperatura baja hasta que las rosquillas absorban la miel. Servir



ARROZ CON LECHE



Dificultad baja



4 Porciones



45 Minutos

Ingredientes

- 2 tazas de arroz blanco
- 5 tazas de agua
- ½ taza de Leche Entera SULA
- ½ taza de Leche Descremada SULA
- 1 taza de Malteada VainiSULA
- ½ taza de leche condensada
- ½ taza de azúcar (si es necesario)
- 1 raja de canela
- Cáscara de 1 naranja
- 2 clavos de olor
- 1 unidad de pimienta gorda

Procedimiento

- En una olla disponer el arroz blanco, las 5 tazas de agua y la cáscara de naranja, cocinar a temperatura media, mover con una cuchara cada 5 minutos para evitar que el arroz se pegue
- Cocinar aproximadamente de 20 a 30 minutos o hasta que el arroz este al dente (casi cocido por completo). Una vez el arroz esta al dente retirar la olla de cocción y botar toda el agua, escurrir el arroz y regresar a la olla sin las cáscaras de naranja nuevamente a temperatura media y añadir la Leche Entera SULA, Leche Descremada SULA, Malteada VainiSULA y leche condensada, mezclar y dejar cocinar hasta que la preparación se haga espesa y consistente
- Probar y agregar azúcar sólo si es necesario o al gusto. Agregar canela, clavo de olor y pimienta gorda, tapar, retirar de cocción y dejar reposar por 15 minutos y servir





Quesadillas



Dificultad baja



8 Porciones



45 Minutos

Ingredientes

- 2 tazas de harina de maíz
- 1 taza de Leche Entera SULA
- 2 tazas de agua
- ½ taza de azúcar blanca
- 1 cucharadita de Sal
- 1 libra de Quesillo SULA
- 1 taza de mermelada de guayaba
- Aceite para freír

Procedimiento

- En un bol, disponer la harina de maíz, Leche Entera SULA, azúcar blanca y sal, mezclar y agregar agua de a pocos y amasar hasta obtener una consistencia firme y suave
- Hacer “empanaditas” con la masa, armando pelotitas medianas de la masa y estirándolas en la palma de las manos o con ayuda de una tortillera, rellenar con Quesillo SULA rallado y una cucharadita de mermelada de guayaba
- Una vez listas las empanaditas freír en abundante aceite hasta que estén bien doraditas y servir





FLAN DE QUESO Y FRESAS



Dificultad alta



12 Porciones



2 Horas

Ingredientes

- 1 taza de azúcar
- 1 cucharada de agua
- 1 1/3 taza de Malteada VainiSULA
- 1 lata de leche condensada (395gr - 397gr)
- 5 huevos
- 1 1/2 taza de queso crema untable
- 2 cucharadas de esencia de vainilla

Ingredientes salsa de fresas

- 1 taza de fresas picadas
- 1 taza de azúcar blanca
- 1/4 taza de Néctar de Manzana SULA
- 1/4 taza de Néctar de Melocotón SULA
- 1/4 taza de agua
- 1 raja de canela

Procedimiento salsa de fresas

- En una olla disponer todos los ingredientes excepto la canela a cocinar a temperatura media de 20 a 25 minutos, cocinar despacio y mover ocasionalmente hasta obtener una textura densa, reservar y dejar enfriar

Procedimiento

- En una olla pequeña (de preferencia antiadherente) poner el azúcar y el agua a temperatura media, revolver hasta que se deshaga el azúcar por completo y se forme el caramelo, una vez listo verter inmediatamente en el molde que se usará para el flan (importante que el caramelo cubra todo el fondo del molde)

Procedimiento

- En un bol disponer la Malteada VainiSULA, leche condensada, huevos, queso crema y vainilla, mezclar bien con ayuda de una batidora hasta integrar por completo (también puede realizar el proceso en una licuadora)
- Disponer el molde al horno en baño maría a 350°F de 40 a 45 minutos
- Retirar el flan del horno y dejar reposar a temperatura ambiente por 30 minutos, luego refrigerar de 3 a 4 horas (si es durante toda la noche mejor)
- Desmoldar con cuidado y servir el flan cubriéndolo con la salsa de fresas





FRUTAS EN MIEL



Dificultad baja



4 Porciones



1 Hora



Ingredientes

- 1 taza de dulce de rapadura rallado
- 1 plátano maduro
- 1 taza de agua
- 1 taza de piña picada en cubos
- 1 taza de tustacas machacadas
- 1 taza de manzana picada en gajos
- ½ taza de Jugo de Manzana SULA
- ½ taza de Jugo de GuavaPiña SULA

Procedimiento

- En una olla disponer la rapadura, 1 taza de agua, Jugo de Manzana, Jugo de GuavaPiña SULA cocinar a temperatura media hasta que se disuelva la rapadura y agregar la manzana, piña y el plátano maduro cortado en rodajas de 2 dedos de grosor
- Cocinar todo por unos 30 minutos aproximadamente luego dejar enfriar a temperatura ambiente
- Servir las frutas sobre una cama de tustacas molidas y disponer con miel





Bebidas

**CACAO
DOS 20
CALICHE
CÓCTEL DE CAÑA
POZOL**



s cuando el
cto reflejo de
zada de Marian-
ncias del médico,
empre por más vida,
ntir que los campos de
ra sobre mis hijas. Esa con-
objetivo: «Mis hijas no pue-
a me imaginarán esquelética y
n el strudel de mi madre bajo un
o de... Nunca tendrán que sopor-
as mentes. Las protegeré. Las salvaré.
de Elsie me recuerdan que, aunque
propio silencio y pueda optar por la
d silencio de otros. No puedo de-
hijas. Así pueden de-
... oculta la
... La

C A C C A O



Dificultad baja



2 - 3 vasos



10 Minutos

Ingredientes

- ½ taza de semillas de cacao molidas
- 1 taza de Malteada ChocoSULA
- 2 tazas de Leche Entera SULA
- Azúcar al gusto
- 1 raja de canela
- 2 clavos de olor
- 1 unidad de pimienta gorda

Procedimiento

- En una sartén disponer las semillas de cacao molidas a tostar a temperatura baja con 2 cucharadas de azúcar, tostar ligeramente moviendo constantemente por 5 minutos
- En una olla calentar la Leche Entera SULA y agregar el cacao molido, cocinar a temperatura baja por 10 minutos
- Licuar la mezcla de leche con el cacao y colar, regresar a cocinar a temperatura baja y agregar Malteada ChocoSULA, canela, clavo y pimienta gorda, cocinar por 5 minutos y luego tapar y dejar reposar por 10 minutos
- Servir caliente o frío, endulzar al gusto



DOS 20



Dificultad baja



2 - 3 vasos



10 Minutos

Ingredientes

- ¼ taza de Jugo de Manzana SULA
- 1 taza de Jugo de Piña SULA
- ¼ taza de Néctar de Melocotón SULA
- 2 shots de aguardiente local
- ½ taza de piña picada
- Medias rodajas de naranjas asadas
- Hielo

Procedimiento naranja asada

- En una sartén antiadherente a temperatura alta "dorar" las rodajas de naranja por 1 minuto en cada lado, manipular delicadamente para evitar quebrarlas

Procedimiento

- Licuar todos los ingredientes excepto las medias rodajas de naranja asada, licuar por 1 minuto hasta integrar bien
- Servir en un vaso con hielo y decorar con naranja asada y hojas verdes de piña



Caliche



Dificultad baja



2 - 3 vasos



10 Minutos

Ingredientes

- Hielo
- Rodajas de naranja
- Cáscara de limón
- 1 taza de Jugo de Naranja SULA
- ½ taza de Néctar de Pera SULA
- 2 shots de vodka
- 1 lata de ginger ale

Procedimiento

- En una coctelera mezclar el vodka, el Jugo de Naranja SULA y el Néctar de Pera SULA

- Disponer vasos con hielo a tope, servir la mezcla anterior hasta la mitad y completar con ginger ale
- Agregar cáscara de limón y rodaja de naranja



CÓCTEL DE CAÑA



Dificultad baja



2 - 3 vasos



10 Minutos

Ingredientes

- 2 tazas de jugo de caña
- ¼ taza de Néctar de Melocotón SULA
- ¼ taza de Jugo de Piña SULA
- 2 shots de ron blanco
- 1 cucharada de jugo de limón
- ½ cucharadita de jengibre rallado
- 10 cubos de hielo
- 1 clara de huevo

Procedimiento

- Licuar todos los ingredientes excepto la clara de huevo por 30 segundos a velocidad alta
- Agregar la clara de huevo y volver a licuar a velocidad alta por 15 segundos y servir





POZOL



Dificultad baja



6 vasos



1 Hora

Ingredientes

- 1 litro de Leche Entera SULA
- ½ libra de maíz (maíz blanco y tierno de preferencia)
- ½ libra de azúcar
- 1 taza de Malteada VainiSULA
- 2 rajas de canela

Procedimiento

- En una olla, cocinar el maíz con agua hasta que hierva, inmediatamente botar el agua y escurrir el maíz
- Disponer nuevamente el maíz en la olla y agregar la Leche Entera SULA, azúcar y Malteada VainiSULA, cocinar a temperatura baja por 30 minutos moviendo constantemente para evitar que se quemé el fondo de la olla
- Agregar 2 rajas de canela y dejar cocinar 5 minutos más, retirar de cocción y dejar enfriar tapado
- Colar y servir con hielo agregando canela en polvo





Encuentra
tus productos
favoritos aquí



HORARIOS

LUNES A VIERNES
7:00 a.m.-6:00 p.m.

SÁBADOS
8:00 a.m.-5:00 p.m.

HAZ TUS PEDIDOS AL:
(504) 2202-4060
(ext. 5212)

Sazón

Ingresa a sazonsula.com un espacio para descubrir nuevas recetas que le darán un giro a tu cocina

Suscríbete y podrás descargar todas nuestras revistas de Sazón Sula ¡No te quedes sin tu colección!



sazonsula.com



Sazón Sula



[sazonsulahn](https://www.instagram.com/sazonsulahn)

