

Albóndigas Maseca

Ingredientes:

1/3 taza de Maseca

450 gr de tocineta

3/4 de taza de agua

1 1/2 de verduras mixtas (col rizada o repollo, mostaza y nabo o rabano)

2/3 taza de harina de trigo

2 cucharaditas de azúcar morena

1 cucharadita de levadura en polvo

1 cucharada de mantequilla sin sal

1/2 taza de leche entera

Sal

Preparación:

Cortar la tocineta, cocinar a fuego lento en agua en un recipiente cubierto por 1 hora.

Desechar los tallos gruesos de las verduras mixtas; agregar al tocino, 2 1/2 cucharaditas de sal y 1 cucharadita de pimienta. Cocinar descubierto, revolviendo de vez en cuando por 25 minutos.

Mientras tanto, mezclar la Maseca con la harina de trigo, el azúcar moreno, el polvo de hornear y 1/4 de cucharadita de sal; mezcle bien con la yema de los dedos. Agregar la leche hasta que se combine. Dejar reposar la masa 5 minutos.

Hacer bolitas con la masa (tener las manos húmedas puede facilitar el proceso), colocar suavemente las albóndigas en la parte superior de la mezcla de verduras verdes.

Cocinar cubierto a fuego lento hasta que las albóndigas se hinchen y se cocinen a través de aproximadamente 20 minutos. Condimentar con sal y pimienta al gusto.