Hoofdgerechten / Guatemala

Guatemalteekse tamales



Maïsdeeg met vlees en recadosaus, gewikkeld in bananenblad en gestoomd.

Tijd 180 min **Personen** 8

Dit heb je nodig.

- ☐ 700 g Masa-harina
- ☐ 200 g reuzel
- ☐ 4 stuks Guajillo-pepers
- ☐ 40 g Sesamzaad
- ☐ 5 teentjes knoflook
- ☐ 16 stuks Olijven
- ☐ Zout — naar wens
- ☐ 800 g Varkensvlees — in stukjes
- ☐ 500 g Tomaten
- ☐ 80 g Pompoenpitten
- ☐ 1 stuk ui
- ☐ 16 stuks Bananenbladeren
- ☐ 1 stuk Paprika

Zo maak je het.

01 Laat het varkensvlees met de ui en het zout een uur sudderen. Zeef en bewaar de bouillon.

02 Rooster de zaden, sesam, pepers en tomaten in een droge pan en meng ze met de bouillon; dat is de recado.

03 Kook de recado twintig minuten om hem dikker te maken en op smaak te brengen.

04 Blus de masa harina met warme bouillon, voeg het gesmolten reuzel toe en laat twintig minuten op laag vuur koken.

05 Haal de bananenbladeren elk tien seconden boven een vuur, zodat ze soepel worden.

06 Verdeel het deeg op een blad, vervolgens een stuk vlees, een lepel recado, een reepje peper en een olijf. Wikkel er twee blaadjes in.

07 Stapel de pakketjes met de naad naar beneden in een pan en stoom ze anderhalf uur.

Recept & herkomst UniTools / UniTools — theunitools.com / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Foto: Luisfi / CC BY-SA 3.0 / UniTools. Uitsnede aangepast voor deze pagina.
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
recipes.dvs-services.be / tamales-guatemaltecos