



Bollo de Maíz

Description

The corn muffin, more commonly known as “bollo”, is an indigenous corn dough wrapped in corn leaves that is cooked in boiling water. Typically from the Colombian Caribbean Coast, I have tried this using a slightly different technique and the flavour is still really good.

Bollo de Maíz or Corn Muffin (English version below)

Ingredientes

- 250 gramos de granos de mazorca (Pueden ser congeladas)
- 100 gramos de harina de maiz amarilla o harina precocida para arepas o tortillas mejicanas
- 50 gramos de mantequilla derretida
- 1 Huevos batido
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/2 cucharadita de sal
- 2 cucharadas de azucar morena, panela o muscovado

Preparación

1. Es una procesadora de alimentos o molino triturar los granos de mazorca.
2. En un recipiente mezclar la harina, los granos de mezcla de mazorca triturados y los demas ingredientes.
3. Mezclar muy bien hasta que conforme una masa consistente.
4. Tomar una pequeña porcion y colocarla en un superficie plana cubierta con vinilo o papel aluminio.
5. Dejar la masa dentro de la bolsa y luego moldearla en forma de tubo y cerrar el plastico como un regalo o dulce..
6. Luego en una olla con agua colocar los bollos y dejar cocinar por 20 minutos.

Nota:

- Se pueden freir despues de cocinados.
- Se pueden congelar antes o despues de cocinarlos

Corn Muffin (English version)

Ingredients

- 250 grams of corn kernels (they can be frozen)

-
- ~~50 grams of yellow coarse corn meal or precook flour for arepas or mexican tortillas~~
 - 50 grams of melted butter
 - 1 egg
 - 1 tsp of vanilla extract
 - 1/2 teaspoon of salt
 - 2 tbsp of brown sugar or muscovado sugar

Preparation

1. In a food processor grit the corn kernels.
2. In a bowl mix flour, corn mix and the rest of the ingredients.
3. Mix well until a stiff dough.
4. Take a small portion and place it on a flat surface covered with vinyl or aluminum foil.
5. Leave the dough in the bag and then mold it into tubes shape and close the plastic as a gift or sweet ..
6. Then in a pan of water place the corn bread packages and simmer for 20 minutes.
7. They can be fried after cooking.