

Pan de maíz



**GREATER
CHICAGO**
-FOOD-
DEPOSITORY.

Escanea para una receta interactiva

Sirve: 12

Prep: 5-10 minutos | **Cocinar:** 20-25 minutos

INGREDIENTES

- 1 taza de harina de maíz
- 1 taza de harina de trigo (todo uso)
- 2 cucharadas de azúcar
- 1 cucharada de levadura en polvo
- 1 huevo
- 1/4 taza de aceite vegetal
- 1 taza de leche descremada



PREPARACIÓN

1. Lávese las manos con agua y jabón.
2. Precalienta el horno a 425°F. Engrase un molde cuadrado de 8 o 8 pulgadas.
3. Mide la harina de maíz, harina de trigo, azúcar y levadura en polvo en un tazón grande para mezclar. Revuelve para combinar los ingredientes.
4. Rompa el huevo en un tazón pequeño y bátelo con un tenedor para combinar la clara y la yema.
5. Agregue el huevo, el aceite y la leche a la mezcla de harina. Mezcla hasta que los ingredientes estén bien combinados.
6. Vierte la masa en el molde preparado.
7. Hornear durante 20 a 25 minutos, hasta que esté firme al tacto o hasta que un palillo insertado en el centro salga limpio.

Información Nutricional

Porción: 1/12 de receta

Calorías	137
Grasa total	5 g
Grasa saturada	1 g
Grasa trans	0 g
Colesterol	16 mg
Sodio	140 mg
Carbohidratos	19 g
Fibra	1 g
Azúcares	3 g
Proteína	3 g

Fuente de receta: MyPlate
USDA