

COMIDA TÍPICA DE COMITÁN



MATERIA:

ALIMENTACIÓN Y CULTURA



ALUMNO:

JONATHAN JIMENEZ GOMEZ

PROFESORA: JULIBETH MARTINEZ GUILLEN



TORTILLAS CON ASIENTO

comida típica de comitán

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ

La gastronomía de Comitán sobresalen por la combinación de ingredientes y sabores tan únicos producto de la cultura zoque de la región



TORTILLAS CON ASIEN TO

Unas de las preferidas son las deliciosas tortillas untadas con asiento de chicharrón, espolvoreadas con queso y doradas en comal.

Consisten en tortillas que son untadas con manteca y puestas a tostar sobre un comal hasta que se vuelvan crujientes, se suele coronar con una salsa espesa de chile, tomate y ajo.



Ingredientes:

1. Tortillas de maíz
2. Asiento de chicharrón
3. Queso Fresco
4. Salsa verde

Preparación:

- 1.- Untar a las tortillas el asiento y ponerlas al comal.
- 2.- Espolvorear queso sobre las tortillas, cuando estén doradas retirar del fuego y acompañar con salsa verde.

ATOL DE GRANILLO

Ya teniendo unas tortillas con asiento por que no acompañarlo con un delicioso atol de granillo que se caracteriza principalmente por llevar granitos de maíz blanco.



Ingredientes:

- 1 Kg. Maíz blanco
- 5 gr. Canela en raja
- 50 gr. Cal
- 250 gr. Azúcar
- 6 litros. Agua

Preparación:

- 1.- Limpiar y lavar el maíz.
- 2.- Cocer el maíz en 3 L de agua con cal.
- 3.- Retirar el maíz del fuego cuando este suelte su cascara, lavar con abundante agua.
- 4.- Moler la mitad del maíz grueso (desquebrajado) y la otra mitad fino.
- 5.- En una olla colocar 3 L de agua e agregar las 2 masas molidas y mover hasta incorporar perfectamente, llevar a ebullición.
- 6.- Cuando comience a espesar añadir azúcar y canela.
- 7.- Servir caliente.

Una buena combinación para un buen desayuno

Bibliografía

Gastronomía Comiteca: Una delicia de Chiapas. (2021, junio 5). SoyChiapanecote.

<http://www.soychiapanecote.com/gastronomia-comiteca/>

Atol de granillo. (2020, febrero 2). Espíritu del Mundo Maya. <https://www.visitchiapas.com/v1/Atol-de-granillo-comitan-de-dominguez>