

PASTEL DE ELOTE CON RAJAS POBLANAS

Lista de INGREDIENTES

Para 8 porciones

Elote natural desgranado	250 gramos
Leche	1 taza
Claras de huevo	2 piezas
Yemas de huevo	2 piezas
Harina de trigo	½ taza
Mantequilla derretida sin sal	½ barra
Polvo para hornear	½ cucharada
Sal	¼ cucharadita
Pimienta	al gusto
Queso asadero	½ taza
Chiles poblanos	3 piezas



Modo de PREPARACIÓN

- 1.- Ase y pele los chiles poblanos, desvénelos y córtelos en julianas; reserve.
- 2.- En la licuadora incorpore el elote, la leche y licúe hasta que quede una pasta homogénea; reserve.
- 3.- Para la preparación del pastel bata las claras a punto de turrón o hasta hacer picos, enseguida agregue las yemas una a una, la media taza de harina, el polvo para hornear, la mantequilla, la sal, la pasta de elote y mezcle vigorosamente para unir todos los ingredientes; reserve.
- 4.- Engrase con mantequilla y enharine el molde que usará para el pastel, vierta la mitad de la mezcla y añada el queso oaxaca y las rajas de chile poblano previamente cortadas, agregue el resto de la mezcla para que el queso y rajas queden como relleno.
- 5.- Horneé a 180 ° C por 20 minutos o hasta que al insertar un palillo salga limpio.

Para la DECORACIÓN

Salteé con 1 cucharadita de aceite vegetal ½ pza de cebolla fileteada, rajas de chile poblano previamente asadas y una pizca de sal, cocinamos por unos minutos y licuamos. Bañe el pastel con esta mezcla.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR PORCIÓN

Energía (kcal)	Proteína (g)	Grasas (g)	Hidratos de carbono (g)	Potasio (mg)	Fósforo (mg)	Sodio (mg)
192.01	7.78	9.8	15.38	215.8	146.6	182.5

