ACTIVIDAD 7 IBAWEB

BIZCOCHOS DE ACHIRA Y AVENA ¡UMMMM QUE RICO!

Los **bizcochos** de achira son muy típicos en el departamento del Tolima y el almidón es extraído de la palma de achira o también llamada palma de sagú, su mayor producción está en el sur y en el oriente del Tolima en límites con el Huila.

Avena es una bebida, preparada con yuca o almidón de yuca, es muy popular en el municipio de venadillo que está ubicado en el norte del departamento del Tolima.

Ingresa a nuestro video donde aprenderás como hacer estas dos recetas típicas paso a paso.
https://www.youtube.com/watch?v=iEyxxUDmwGo&ab_channel=Sue%C3%B1osEspeciales

INGREDIENTES

BIZCOCHOS DE ACHIRA

- 250g Almidón de achira
- 500g de cuajada fresca rallada
- 63g de mantequilla derretida
- 2 yemas de huevo
- Recipiente plástico para mezclar
- Molde para hornear- engrasado con mantequilla y enharinado

AVENA

- 340g de yuca o almidón de yuca
- 1 litro de agua
- Canela en astilla
- 2 cucharadas de esencia de vainilla
- 1 Litro de leche
- Azúcar
- Olla y cuchara de madera para revolver

PREPARACION

BIZCOCHOS DE ACHIRA

En el recipiente agregamos los ingredientes y los mezclamos juntos hasta que se obtenga una mezcla homogénea. Luego con las manos amasamos y damos forma a cada bizcocho de una medida maso menos de 5cm de largo por 1cm y medio de ancho los colocamos en una lata o sartén con mantequilla y harina para que no se peguen, los llevamos al horno a 350 grados durante 10 minutos. En caso de ser en sartén llevarlos a fuego medio y darles vuelta para que doren de forma pareja, se debe supervisar su cocción.

AVENA

En una olla agregamos ½ litro de agua y la llevamos a la estufa junto con las astillas de canela, cuando haya hervido sacaremos las astillas de canela. En el ½ litro de agua restante mezclamos muy bien los 340g de almidón de yuca y los agregamos al agua de canela revolviendo constantemente con una cuchara de madera a fuego medio, hasta que la mezcla quede espesa. Dejamos enfriar y luego licuaremos con 1 litro de leche, hielo (opcional) y azúcar al gusto.

COMPARTENOS TU EXPERIENCIA

Al realizar el paso a paso de estas recetas **GRABA UN VIDEO CORTO O TOMA UNA FOTOGRAFIA** que evidencie compartiendo en familias. Recuerden enviar sus evidencias a nuestras redes o grupos de WhatsApp.

APRENDE Y DIVIERTETE CON IBAWEB