

CHEPES (TAMALITOS)

Agrocadena:	Frijol
Categoría de la tecnología:	Agroindustria
País (es):	Guatemala
Desarrollada por:	Catalina Figueroa vda de Balsells Recopilador: Carlos Manuel Oviedo Zamora (ing_oza07@yahoo.es)
Fuente:	OBSERVATORIO RED SICTA

DESCRIPCIÓN Y APLICACIÓN DE LA TECNOLOGÍA:

Los Chepes o tamalitos elaborados a base de la combinación de frijol camagüe; tortilla, Maseca o masa; manteca de cerdo; queso rallado; sal y tuzas. Se pueden acompañar con cualquier tiempo de comida en lugar de pan o tortillas.

Modo de preparación:

Mezclar la masa de nixtamal con el agua de modo que no quede muy dura. Si se compra masa también debe quedar medianamente dura.

- Revolver a la libra de masa los demás ingredientes.
- Hay que probar la masa primero y luego agregar el queso.
- Revolver bien todo y formar tamalitos que se envuelven en las tuzas.
- Se coloca agua en una olla y se ponen a cocer aproximadamente por 1 hora.

Ingredientes:

1 lb de tortilla, maseca o masa de nixtamal

4 tazas de agua

4 onzas de frijol camagüe

2 onzas de manteca de cerdo o media taza de aceite

2 onzas de queso seco rallado o desmenuzado

1 cucharada de sal, o sal al gusto

3 manojos de tuzas lavadas

BENEFICIOS CON LA UTILIZACIÓN:

Es una fuente de ingresos para las familias que lo elaboran, dándole valor agregado al frijol. Al elaborar el producto en el hogar, asegura la calidad e higiene del mismo, así como el sabor y características del agrado de la familia.