

# **Tamales d'Oaxaqueños**

## **(panades d'Oaxaca)**

**Mèxic**

Martha Inés Sánchez Navarro

### **Ingredients**

Per a la salsa:

2 pits de pollastre grossos  
½ ceba  
3 alls  
Sal  
Pebre blanc  
Mole mexicà



Per a la massa:

1 l de brou de pollastre  
1 kg de farina de blat de moro  
250 g de llard de porc  
1 sobre de llevat en pols  
Quadrats de dotze centímetres de fulles de plàtan  
Sal al gust

### **Preparació**

Coeu el pollastre per a fer un litre de brou. Poseu-lo a bullir amb aigua, mitja ceba, tres grans d'all, sal al gust i una mica de pebre blanc. Tot seguit, deixeu-ho refredar.

Per a obtenir un mole mexicà, feu una salsa amb set tomàquets mitjans, una mica d'oli de girasol, un trosset de ceba, un gra d'all i, si voleu, un bitxo. Seguiu les indicacions següents: primerament, escalfeu una paella a foc mitjà. Poseu-hi l'oli de girasol i els tomàquets tallats en quatre parts, i deixeu-los que es daurin. Afegiu-hi el trosset de ceba, l'all i el bitxo. Després aboqueu-hi una mica d'aigua, perquè faci una mica de



### **Receptari de la VI Trobada Gastronòmica Intercultural 2012**

Consorti per a la Normalització Lingüística – Servei Local de Català d'Esparreguera  
Can Pasqual – Carrer dels Cavallers, 26, 1a planta – 08292 – ESPARREGUERA  
Tel. 93 772 92 92 – A/e: [esparreguera@cpl.cat](mailto:esparreguera@cpl.cat)  
Pàgina web: <http://www.cpl.cat/xarxa/cnlcanametller>  
Bloc: <http://blocs.cpl.cat/receptaris> – Twitter: [www.twitter.com/SLCEsparreguera](http://www.twitter.com/SLCEsparreguera)  
Facebook: <http://www.facebook.com/pages/Servei-Local-de-Catal%C3%A0-dEsparreguera/279336358755954>

vapor i deixeu-ho bullir uns 5 minuts. Finalment, tritureu tots els ingredients amb la batedora elèctrica i barregeu-ho amb el pit de pollastre, prèviament esfilegat.

Per una altra banda, barregeu la farina de blat de moro amb el llard de porc. Quan la massa estigui ben barrejada, afegiu-hi el sobre de llevat en pols i el brou de pollastre, i seguiu barrejant-ho. Finalment, afegiu-hi sal al gust.

Per embolicar els *tamales*, agafeu una fulla de plàtan, poseu-hi a sobre una mica de massa de blat de moro i esteneu-la. Afegiu-hi una cullerada de salsa amb pollastre i emboliqueu la fulla. Continueu fent els *tamales* fins que s'acabi la massa.

Per coure'ls es necessita una cassola fonda, perquè el secret és coure'ls al vapor durant una hora.

### **Informació cultural**

El *tamal* ve de la paraula del nàhuatl "tamalli" que significa "embolicat". És un nom genèric donat a diversos plats americans d'origen indígena, preparats amb farina de blat de moro, cuita normalment al vapor, i embolicada en fulles de la panotxa de la mateixa planta de blat de moro o de plàtan. Poden ser salats farcits de carn, pollastre, verdures o salses. Poden ser dolços farcits de fruita fresca, fruita seca, mel, sucre, etc.

La diversitat d'aquesta recepta és sorprenent i enriquidora, ja que en varia la preparació a cada estat de la República Mexicana. Actualment, els *tamales* són part important en la dieta dels mexicans. El seu consum és tradicional en festes i celebracions com batejos, casaments, i en molts casos es considera com un dels plats típics per al sopar de Nadal o simplement en el menjar de cada dia.

### **Receptari de la VI Trobada Gastronòmica Intercultural 2012**

Consorti per a la Normalització Lingüística – Servei Local de Català d'Esparreguera  
Can Pasqual – Carrer dels Cavallers, 26, 1a planta – 08292 – ESPARREGUERA  
Tel. 93 772 92 92 – A/e: [esparreguera@cpl.cat](mailto:esparreguera@cpl.cat)  
Pàgina web: <http://www.cpl.cat/xarxa/cnlcanametller>  
Bloc: <http://blocs.cpl.cat/receptaris> – Twitter: [www.twitter.com/SLCEsparreguera](http://www.twitter.com/SLCEsparreguera)  
Facebook: <http://www.facebook.com/pages/Servei-Local-de-Catal%C3%A0-dEsparreguera/279336358755954>