

## Recomendaciones

- Puedes elegir la variedad de elotes que encuentres en tu localidad, la única condición es que estén frescos y tiernos.
- Si no cuentas con moldes de silicona con forma floral puedes utilizar cualquier otro molde ya sea redondo, rectangular o hasta de rosca.



Elaboró: Concepción Guzmán. Diseño: Daniel Wilson.  
Revisó: Ivon Castañeda. Validó: Moisés Macías.

**¡PROFECO  
EMPODERA AL CONSUMIDOR!  
ESPECIALMENTE AL QUE MENOS SABE,  
MENOS TIENE Y MENOS PUEDE.**

### Oficinas Centrales:

Av. José Vasconcelos 208, Col. Condesa,  
Alcaldía Cuauhtémoc, C. P. 06140  
Ciudad de México.

### Horario de atención de:

9 a 19 horas de lunes a viernes  
y de 10 a 18 horas los fines  
de semana y días festivos.

**Twitter:** @Profeco

**Facebook:** Profecooficial

**YouTube:** ProfecoTv

**Instagram:**

revistadelconsumidormx

**Teléfono**  
del **consumidor**  
(55)5568 8722 - 800 4688722



**ECONOMÍA**  
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

**PROFECO**

PROCURADURÍA FEDERAL  
DEL CONSUMIDOR

**Platillo Sabio**  
PROFECO



**Pastel  
de elote**

# Pastel de elote

**Maíz, ingrediente indispensable en la cocina mexicana que hemos aprendido a preparar de formas variadas, pero todas deliciosas.**

En esta ocasión presentamos el Platillo Sabio Profeco del Pastel de Elote, una receta sencilla, económica y nutritiva que dejará a todos con un grato sabor de boca.

## Ingredientes

- 1 taza + 2 cucharadas de granos de elote muy frescos y tiernos.
- ½ taza de leche condensada.
- 2 piezas de huevo + 1 yema.
- ¼ cucharadita de polvo para hornear.
- ½ taza de mantequilla fundida.
- Aceite en aerosol para cocinar.



## Utensilios

- Tabla de picar.
- Cuchillo.
- Taza medidora.
- 1 cuchara sopera.
- 1 cuchara cafetera.
- 1 cacerola pequeña.
- Licuadora.
- Molde de silicón con formas florales.
- Horno.

## Procedimiento

- Precalienta el horno a 160° C.
- Funde la mantequilla en la cacerola o en el microondas.
- Coloca y muele todos los ingredientes por 15 segundos en la licuadora, excepto el aceite en aerosol.
- Engrasa con el aceite los moldes de silicón con formas florales o los que elijas.
- Vierte la mezcla en cada molde a 5/6 partes de su capacidad.
- Hornea por 25 minutos o hasta que se forme una superficie dorada en los pasteles de elote.
- Retira del horno y deja enfriar a temperatura ambiente durante 90 minutos.
- Desmolda y reserva dentro del refrigerador hasta que los vayas a servir.

