

## Procedimiento

- 1 Cierne la harina junto con el polvo para hornear.
- 2 Mezcla muy bien todos los ingredientes en un tazón grande.
- 3 Guarda la harina en un bote de plástico, tápalo muy bien y almacénalo en un lugar fresco y seco.
- 4 Para preparar tus hot cakes, licúa una taza de la harina preparada con una taza de leche, un huevo, una pizca de sal y una cucharada de mantequilla derretida.
- 5 En un comal caliente y ligeramente engrasado, haz los hot cakes con la ayuda de un cucharón.



Elaboró: Rafael Arturo Rivera Ruiz., Revisó: Ivon Castañeda Cerdá. Validó: Lic. Marcos Moisés Macías Torres. Diseñó: Daniel Eduardo Wilson Oropeza.



### 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** PROFECO  
**(55)5568 8722 - 800 4688722**



**ECONOMÍA**  
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

**PROFECO**  
PROCURADURÍA FEDERAL  
DEL CONSUMIDOR

**Tecnología**  
**Doméstica** PROFECO

**Harina**  
**integral**  
*para*  
**Hot cakes**



# Harina integral para Hot cakes

## Rendimiento



400 g

## Tiempo de elaboración



15 minutos

## Caducidad



6 meses

## Costo promedio



\$16



## Ingredientes

- 1½ tz de harina de trigo integral
- ½ tz de salvado de trigo tostado
- ½ tz de azúcar
- 2½ cdas. de fécula de maíz sabor vainilla (la que se utiliza para preparar atole)
- 2 cdas. de polvo para hornear