Tanchuca

Otra bebida prehispánica es el **Tanchuca**, sólo la podían consumir los emperadores, sacerdotes y personas de altas jerarquías, esta bebida se hace con maíz, anís y chocolate, la mezcla se macera y se hierve. En Sonora se consume diferente, pues se le agrega harina de trigo, cocoa y para endulzar: panela (piloncillo).

Reconforta y da energía
Rinde para 5 porciones de 240 ml cada una
Tiempo de preparación: 20 minutos
Libre de gluten

Ingredientes

- 1 raja de canela
- 10 g de anís estrella
- 1 tableta de chocolate de mesa (90 g)
- 50 g de harina de maíz nixtamalizado MASECA
- 8 piezas de pimienta Tabasco.
- 50 g de azúcar mascabado
- 1 L de agua o leche de su preferencia

Modo de preparación

1. En una sartén tostar pimienta, canela y anís. Cuando el anís cambie de color retirar del fuego

2. Poner a hervir el agua con el azúcar y las especias previamente tostadas

3. Batir el chocolate con un poco de agua caliente, y mezclar con el agua hirviendo

4. Disolver la harina en el agua, colar y agregar a la mezcla sin dejar de batir