

CORNBREAD

Perfect with warm chili or a Thanksgiving Day feast!

INGREDIENTS

- 1 cup cornmeal
- 1 cup whole wheat flour
- 1 ½ tsp baking powder
- ½ tsp salt
- 1 egg
- 2 Tbsp honey
- 1 ¼ cups buttermilk (Or make your own!
Add 1 Tbsp white vinegar to 1 1/4 cups milk and let sit for 10 minutes.)
- 2 Tbsp butter, melted but not hot
- Optional add-ins: ¾ cup shredded cheddar cheese, diced jalapeños, 1 cup blueberries or strawberries, 1 cup corn, 2-4 Tbsp fresh herbs



INSTRUCTIONS

1. Preheat oven to 400°F.
2. Add cornmeal, flour, baking powder, and salt to a medium bowl.
3. In a separate bowl, whisk egg, then whisk in honey, buttermilk, and melted butter.
4. Butter an 8 or 9-inch square baking pan. Pour batter into pan and place pan into preheated oven.
5. Bake for 18-20 minutes until lightly golden on top and cooked through, or when a toothpick inserted into the center comes out clean.
6. Cut into 9 pieces and serve while warm. Keep leftovers in an airtight container for up to 5 days.

EL PAN DE MAÍZ

¡Perfecto con chile caliente o una fiesta del Día de Acción de Gracias!

INGREDIENTES

- 1 taza de harina de maíz
- 1 taza de harina de trigo integral
- 1 1/2 cucharaditas de levadura en polvo
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 huevo
- 2 cucharada de miel
- 1 1/4 tazas de suero de leche (¡O haz el tuyo! Agregue 1 cucharada de vinagre blanco a 1 1/4 tazas de leche y deje reposar durante 10 minutos.)
- 2 cucharadas de mantequilla derretida pero aún no caliente
- Complementos especiales: 3/4 taza queso cheddar rallado, jalapeños en cubitos, 1 taza arándanos o fresas, 1 taza maíz, 2-4 cucharadas de hierbas frescas



INSTRUCCIONES

1. Precaliente el horno a 400° F.
2. Add harina de maíz, harina, polvo de hornear y sal a un tazón mediano.
3. En un tazón separado, bata el huevo, luego bata la miel, el suero de leche y la mantequilla derretida.
4. Butter una bandeja para hornear cuadrada de 8 o 9 pulgadas. Vierta la masa en la sartén y coloque la sartén en el horno precalentado.
5. Hornee durante 18-20 minutos hasta que estén ligeramente dorados en la parte superior y bien cocidos o cuando un palillo insertado en el centro salga limpio.
6. Cortar en 9 trozos y servir mientras está caliente. Mantenga las sobras en un recipiente hermético hasta por cinco días.

Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.