

## RECETA CHUFAMIX: 1 LITRO DE HORCHATA DE CHUFA

### ·RECETA DE HORCHATA CON CHUFA ENTERA·

#### Método de elaboración:

- a) Remojar 200 grs de chufa entre 8 y 24 horas.
- b) Poner 1 litro de agua en el recipiente.
- c) Meter 100 gramos de chufa remojada en el filtro.  
Opcional: añadir canela y/o piel de limón y/o 60 grs de azúcar.
- d) Batir 2 minutos.
- e) Sacar el filtro y exprimir la pulpa con el mortero.
- f) Sacar la pulpa a un plato.
- g) Añadir el resto de la chufa en el mismo filtro y batir dos minutos más
- h) Dejar macerar 15 minutos.
- i) Exprimir la segunda pulpa con ayuda del mortero.
- j) Tapar y a la nevera.
- k) Dejar reposar unas horas y agitar antes de servir.

\*En caso de utilizar chufa molida intenta que sea chufa recién molida, o molerla personalmente en casa. En este caso, no hace falta previo remojo y se puede meter los 200gramos directamente en el filtro.

#### Consúmala en crudo

Esta misma chufa, puede comerse en **crudo**, remojada (mínimo de 3 horas).

#### Cómo cultivar tu Chufa

De marzo a Mayo, haz un agujerito en tierra, introduce 2 o 3 chufas, tápalo de nuevo con tierra. Riega cada 15 días intensificando los meses de mucho calor. Cosecha en noviembre. Saca las semillas de las raíces, límpialas bien, y déjalas secar tres meses volteándolas cada dos días.