

## TOSTADAS DE FRIJOLES Y ELOTE “LOCO”

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 5 minutos

Salen 10 a 12 tostadas



### Ingredientes

- 1 lata de 15 onzas de maíz en grano entero, escurrido\*
- ¼ taza de yogurt griego natural
- ¼ taza de cebolla morada finamente picada
- Jugo de medio limón
- 1/2 cucharadita de sal
- 3 cucharadas de queso desmoronado\*
- 1 lata de 15 onzas de frijoles refritos\*
- Tostadas de maíz, compradas en la tienda o hechas en casa
- Paprika en polvo para espolvorear al final
- Cilantro picado opcional para decorar

### Instrucciones:

1. En un recipiente grande, agrega el maíz, el yogurt, la cebolla morada, el jugo de limón, la sal y 3 cucharadas de queso desmoronado, mezclar con una cuchara hasta que el maíz esté cubierto uniformemente con todos los ingredientes. Dejar de lado.
2. Calienta los frijoles refritos en la estufa o en el microondas, hasta que estén bien calientes. Dejar a parte.
3. Para armar, untar de 3 a 4 cucharadas de frijoles refritos en cada tostada y cubrir con una o dos cucharadas de la mezcla de maíz. Espolvorea con un poco de queso y una pizca de paprika o chile encima y así de fácil, tostadas listas para disfrutar.

### Notas:

\*Puedes utilizar maíz fresco, 3 mazorcas aproximadamente, ponerlas a cocinar antes y luego cortarles los granos.

\*Para el queso yo utilizo queso feta desmoronado, pero utiliza el que tengas disponible, siempre y cuando sea saladito.

\*Los frijoles los puedes comprar ya refritos (yo los compro en el supermercado en la sección de productos mexicanos) o los puedes hacer en casa.

\*Las tostadas son tortillas de maíz fritas u horneadas, hechas en casa o compradas, yo utilice compradas, unas que se llaman Sanisimas que son horneadas y quedaron de rechupete.

[www.unapizcadeluna.com](http://www.unapizcadeluna.com)