Thư viện GK Ghi chép tri thức

Trí tuệ nấu ngô bằng nước tro: Nixtamal hóa (Nixtamalization)

Địa chỉ bài viết

https://www.gklibrarykor.com/vi/article/10519/

Xem trước bố cục PDF - chỉ có đoạn trích

Bánh tortilla ăn ở các nhà hàng Mexico có mùi thơm bùi và độ dai khác hẳn bánh mì làm từ bột mì. Thế nhưng, khối bột ngô dùng để làm bánh tortilla này không thể làm ra chỉ bằng cách đổ nước vào bột ngô. Đó là vì trước khi nhào bột, ngô phải được nấu trong một loại nước đặc biệt. Quá trình đó chính là 'nixtamal hóa (Nixtamalization)'. Nixtamal hóa là phương pháp chế biến truyền thống, trong đó hạt ngô khô được nấu và ngâm trong nước có tính kiềm như nước vôi, sau đó rửa sạch và bóc bỏ lớp vỏ, nhờ vậy biến ngô thành nguyên liệu mềm hơn và giàu dinh dưỡng hơn. Trong bài viết này, chúng ta sẽ lần