Recipe

Hoduran Horchata

First Set of Ingredients

- Long grain rice 1/2 cup
- Sesame seeds 1/3 cup
- Pumpkin seeds 1/3 cup
- Cinnamon stick x 1
- 4 cups water

Instructions

Toast rice, sesame seeds, pumpkin seeds over medium heat until fragrant (optional).

Soak overnight (7-8 hours).

Blend until smooth.

Strain with cheesecloth. (Reserve pulp for baking.)

Blend liquid with the following until smooth.

- Rolled oats 1/2 cup
- 6 medjool dates, pitted
- 1 cup plant milk or water
- 1 teaspoon vanilla extract
- 1/2 teaspoon salt

Serve over ice. Enjoy!

Receta

Horchata Hondureña

Ingredientes primeros

- 1/2 taza arroz de grano largo
- 1/3 taza semillas de sésamo
- 1/3 taza semillas de calabaza
- 1 rama de canela (en entera)
- 4 tazas de agua

Instrucciones

Tostar el arroz y las ambas formas de semillas a temperatura mediana hasta que huela bien. (Opcional).

Dejar remojando toda la noche. (7-8 horas).

Licuar hasta que esté suave.

Filtrar con una gasa [tela de queso] o paño de cocina fina. (Guardar la pulpa para hornear.)

Licuar líquido filtrado con estos ingredientes adicionales hasta que la mezcla esté suave:

- 1/2 taza avena en hojuelas
- 6 datiles mejool, sin semilla
- 1 taza leche vegetal o agua
- 1 cucharadita de vainilla
- 1/2 cucharadita de sal

Servir con hielo y disfrutar 😀