



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Carne Al Pastor

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes Carne:	Observaciones (Marca)
800	grs.	Pierna de cerdo.	O lomo de cerdo.
200	grs.	Espaldilla de cerdo.	Con algo de grasa.
100	grs.	Cebolla blanca.	Cortada en rebanadas delgadas.
100- 150	grs.	Piña fresca.	Para montaje y servicio.
		Ingredientes Adobo:	
60	grs.	Chile guajillo.	Limpio.
15	grs.	Chile ancho.	Limpio.
30	grs.	Achiote en pasta.	
100	ml.	Vinagre de manzana.	
120	ml.	Jugo de naranja.	
50	grs.	Cebolla blanca.	
15	grs.	Ajo.	
8	grs.	Sal.	
4	grs.	Orégano mexicano.	
2	grs.	Comino.	
2	grs.	Pimienta negra.	
1	grs.	Clavo de olor.	
3	grs	Paprika o pimentón.	Opcional.
20	ml.	Aceite vegetal.	

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



#	Preparación del chile:
1	Retirar tallos y semillas de los chiles.
2	Calentar una sartén a fuego medio.
3	Tatemar ligeramente los chiles durante unos segundos por lado. No deben quemarse, porque desarrollarían amargor.
4	Cubrir con agua caliente y dejar hidratar 15 minutos.
5	Escurrir.
#	Preparación del adobo:
1	Licuar los chiles hidratados con achiote, vinagre, jugo de naranja, cebolla, ajo y especias.
2	Procesar hasta obtener una pasta completamente homogénea.
3	Si fuera necesario, agregar pequeñas cantidades del líquido de hidratación.
4	Colar.
5	Incorporar el aceite y rectificar la sal.
#	Preparación de la carne:
1	Cortar el cerdo en láminas de aproximadamente 3–5 mm de espesor.
2	Colocar en un recipiente de acero inoxidable o plástico grado alimenticio.
3	Agregar el adobo y masajear cada pieza.
4	Cubrir y refrigerar entre 8 y 24 horas.
#	Montar el trompo:
1	Colocar una base de cebolla o una rebanada gruesa de piña sobre el pincho.
2	Ensartar las láminas de carne, procurando alternar zonas magras y grasas.
3	Presionar cada capa.
4	Formar un cilindro compacto.
5	Terminar con una pieza de cebolla o piña.
6	Refrigerar el trompo hasta el momento de cocinar.
#	Cocción en trompo
1	Precalentar el equipo.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



2	Colocar el trompo a una distancia que permita cocción gradual y dorado superficial.
3	La superficie exterior debe caramelizar antes de cortar.
4	Rebanar únicamente la capa exterior ya cocida.
5	Regresar el trompo al calor para desarrollar nuevamente color.
6	Repetir el proceso hasta terminar.
#	Adaptación a plancha o sartén (Cocina doméstica)
1	Cortar la carne marinada en tiras delgadas.
2	Calentar la plancha a 200–220 °C aproximadamente.
3	Agregar una película muy fina de aceite.
4	Colocar la carne en una sola capa.
5	No moverse inmediatamente.
6	Cuando aparezca una superficie dorada, voltear.
7	Cocinar hasta que esté completamente hecha.
8	Al final, agregar pequeños trozos de piña y mezclarlos brevemente con la carne.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Suadero Tradicional

Tiempo de Preparación:		Descripción:	
-------------------------------	--	---------------------	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1 ½	Kg.	Suadero de res.	
500	grs.	Manteca de cerdo.	
500	ml.	Agua.	
15	grs.	Sal.	
5	grs.	Ajo.	
2	Hojas.	Hoja de laurel.	
3	grs.	Pimienta negra.	
100	grs.	Cebolla blanca.	

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



#	Preparación:
1	Limpiar el suadero retirando únicamente exceso de tejido duro.
2	Cortar en piezas grandes de aproximadamente 300 a 400 gramos.
3	Colocar en una olla.
4	Agregar agua, manteca, sal, ajo, laurel, pimienta y cebolla.
5	Llevar inicialmente a fuego medio.
6	Cuando comience a calentarse, reducir el fuego.
7	Mantener una cocción suave, evitando un hervor violento.
8	Cocinar aproximadamente 2 1/2 a 3 1/2 horas, hasta que la carne esté muy tierna.
9	Retirar y dejar escurrir.
10	Cortar en trozos pequeños o picar.
11	Calentar la plancha a 200 a 220 °C.
12	Colocar una pequeña cantidad de la grasa de cocción.
13	Dorar la carne en tandas.
14	Permitir que algunas piezas desarrollen bordes crujientes.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Tripa De Res

Tiempo de Preparación:		Descripción:	
-------------------------------	--	---------------------	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1	Kg.	Tripa de res limpia.	
2	Litros.	Agua.	
20	grs.	Sal.	
100	grs.	Cebolla.	
10	grs.	Ajo.	
2	Hojas.	Hoja de laurel.	
3	grs.	Pimienta negra.	

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.

#	Limpieza:
1	Enjuagar la tripa varias veces con agua fría.
2	Revisar cuidadosamente toda la superficie.
3	Retirar residuos y tejido no deseado.
4	Si la tripa viene con exceso de grasa, retirar únicamente la cantidad necesaria.
5	Escurrir.
#	Precocción
1	Colocar la tripa en una olla con agua.
2	Agregar cebolla, ajo, laurel, pimienta, sal y llevar a hervor.
3	Retirar la espuma inicial.
4	Reducir a fuego medio-bajo.
5	Cocinar hasta que la tripa esté tierna pero no deshecha.
6	Escurrir perfectamente.
#	Dorado
1	Calentar la plancha a 210–230 °C.
2	Cortar la tripa en trozos pequeños.
3	Secar muy bien antes de colocarla sobre la plancha.
4	Agregar una pequeña cantidad de grasa.
5	Distribuir en una capa.
6	Dejar que se dore antes de mover.
7	Voltear y continuar hasta conseguir textura crujiente.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Longaniza Taquera

Tiempo de Preparación:		Descripción:	
------------------------	--	--------------	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1	Kg.	Carne de cerdo molida.	De 20 a 30% de grasa.
15	grs.	Chile ancho.	
10	grs.	Chile guajillo.	
15	grs.	Ajo.	
30	ml.	Vinagre de manzana.	
10	grs.	Sal.	
3	grs.	Orégano mexicano.	
2	grs	Comino.	
2	grs.	Pimienta negra.	
1	grs.	Clavo de olor.	
2	grs.	Paprika.	
30	ml.	Agua fría.	

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



#	Preparación:
1	Limpiar y desvenar los chiles.
2	Hidratar en agua caliente durante 10 a 15 minutos.
3	Licuar con ajo, vinagre, agua y especias. Colar.
4	Mezclar el adobo con la carne molida.
5	Trabajar la mezcla únicamente hasta distribuir homogéneamente los ingredientes.
6	Refrigerar 30 minutos como mínimo.
7	Para una versión tipo longaniza suelta, formar cilindros sin compactar excesivamente.
8	Para cocinar en plancha, retirar la tripa si se utiliza embutido.
9	Calentar la plancha a 180–200 °C.
10	Colocar la longaniza.
11	Cocinar lentamente, volteando para desarrollar color.
12	Evitar fuego excesivamente alto al inicio: la grasa puede quemarse antes de que el centro esté cocido.
13	Terminar con fuego ligeramente más alto para obtener bordes dorados.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Gringas al Pastor

Tiempo de Preparación:		Descripción:	
-------------------------------	--	---------------------	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
4	Pz.	Tortillas de harina de trigo.	20 a 22 cm
300	grs.	Carne al pastor cocida.	
200	grs.	Queso Oaxaca o quesillo.	
80	grs.	Piña en cubos pequeños.	
40	grs.	Cebolla blanca picada.	
20	grs.	Cilantro picado.	
		Salsa taquera.	Al gusto.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.

#	Preparación:
1	Precalentar la plancha a 170–190 °C.
2	Colocar una tortilla.
3	Calentarla brevemente por ambos lados.
4	Distribuir aproximadamente 50 g de queso sobre la mitad.
5	Agregar 75 g de pastor.
6	Añadir piña.
7	Doblar la tortilla.
8	Presionar ligeramente con espátula.
9	Mantener sobre la plancha hasta que el queso se funda.
10	Voltear cuidadosamente.
11	Tostar ambos lados hasta conseguir una tortilla ligeramente crujiente y con puntos dorados.
12	Abrir o cortar en dos.
13	Terminar con cebolla, cilantro y salsa



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Salsa Taquera Roja

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
250	grs.	Jitomate saladet.	
40	grs.	Chile de árbol seco.	
50	grs.	Cebolla blanca.	
10	grs.	Ajo.	
100	ml.	Agua.	
20	ml.	Jugo de limón.	
8	grs.	Sal.	
5	grs.	Aceite vegetal.	

#	Preparación:
1	Calentar un comal o sartén y tatemar los jitomates hasta obtener zonas negras y piel ligeramente colapsada.
2	Tatemar cebolla y ajo.
3	Tostar los chiles de árbol muy brevemente, retirar inmediatamente para evitar que se quemen.
4	Licuar jitomate, chile, cebolla, ajo, agua y sal, procesar hasta obtener la textura deseada.
5	Calentar el aceite en una sartén.
6	Verter la salsa con cuidado.
7	Hervir suavemente durante 5 a 8 minutos.
8	Incorporar el jugo de limón al final.
9	Rectificar sal.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Salsa Verde Cremosa De Aguacate

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
150	grs.	Tomate verde.	
60	grs.	Chile jalapeño.	
80	grs.	Cebolla blanca.	
10	grs.	Cilantro.	
120	grs.	Aguacate Hass.	
100	ml.	Aceite vegetal neutro.	
120	ml.	Agua fría.	
30	ml.	Jugo de limón.	
8	grs.	Sal.	
5	grs.	Ajo.	

#	Preparación:
1	Cocer los tomates verdes en agua durante aproximadamente 4–5 minutos, hasta que cambien de color. Enfriarlos.
2	Licuar tomate, jalapeño, cebolla, ajo, cilantro, limón, sal y agua.
3	Con la licuadora funcionando, incorporar el aceite lentamente.
4	Agregar el aguacate.
5	Licuar hasta obtener una salsa completamente cremosa.
6	Rectificar sal y acidez.
7	Mantener refrigerada inmediatamente.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Salsa De Chile Habanero

Tiempo de Preparación:		Descripción:	
-------------------------------	--	---------------------	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
		Versión licuada tradicional	
50	grs.	Chile habanero.	
150	grs.	Cebolla morada.	
150	ml.	Jugo de naranja agria.	
50	ml.	Jugo de limón.	
10	grs.	Sal.	
5	grs.	Azúcar.	
5	grs.	Orégano mexicano.	
50	ml.	Agua.	
		Versión tipo xnipec (fresca)	
50	grs.	Chile habanero.	Picado finamente.
200	grs.	Cebolla morada.	Picada finamente.
150	ml.	Jugo de naranja agria.	
30	ml.	Jugo de limón.	
8	grs.	Sal.	
5	grs.	Orégano mexicano.	

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



#	Preparación:
1	Utilizar guantes durante la manipulación.
2	Retirar tallos de los habaneros.
3	Para disminuir el picor, retirar parte de las semillas y membranas.
4	Para una salsa de alto impacto, conservarlas.
5	Tatemar ligeramente los habaneros y la mitad de la cebolla.
6	Licuar con jugo de naranja, limón, sal, azúcar y agua.
7	Agregar el orégano al final.
8	Ajustar acidez y sal.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Mise en Place Recomendada para la Clase

#	Sesión 1 — Trompo y Proteínas
Según la receta	Carne de pastor marinada
1 unidad	Trompo montado o ingredientes para montaje
1.5 kg	Suadero
1 kg	Tripa limpia
1 kg	Longaniza preparada
1 unidad	Plancha o sartén pesado de hierro
2 piezas	Pinzas metálicas de cocina
1–2 piezas	Espátula taquera de acero
1 unidad	Tabla de picar exclusiva para carnes
2 piezas	Cuchillos (Chef / Filetero bien afilado)
1 unidad	Termómetro digital de inserción
Varios	Recipientes para mise en place
Según servicio	Tortillas de maíz y harina

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



#	Sesión 2 — Servicio Taquero
Porciones preparadas	Pastor cocido
Porciones preparadas	Suadero cocido y confitado
Porciones preparadas	Tripa precocida y escurrida
Porciones preparadas	Longaniza
200 grs.	Queso Oaxaca o quesillo
1 paquete c/u	Tortillas de harina y maíz
250 grs.	Jitomate saladet
150 grs.	Tomatillo / Tomate verde
Según recetas	Chiles (Guajillo, Ancho, Árbol, Jalapeño, Habanero)
120 grs.	Aguacate Hass
Al gusto	Cebolla blanca y morada
Al gusto	Cilantro fresco picado
Al gusto	Limón y Naranja agria
Varios	Recipientes y salseras para servicio

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.