

Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Cemita Poblana

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

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes para masa:	Observaciones (Marca)
500	grs	Harina de trigo	De todo uso.
5	grs	Sal	
11	grs	Levadura seca	
10	grs	Azúcar	
300	ml	Agua tibia	
		Ingredientes para el atole:	
½	tz	Agua	
2	cds	Maicena	
		Ingredientes para decorar:	
		Ajonjolí blanco	Al gusto.
		Ingredientes para milanesa:	
1	pz	Bistec de cerdo	
20	grs	Harina	
50	grs	Pan molida	

		Sal	Al gusto.
		Pimienta	Al gusto.
½	tz	Aceite de cocina	
		Ingredientes para armar la cemita:	
		Pápalo fresco	Al gusto
1	pz	Rebanada de jamón	
		Rajas verdes en escabeche o chipotles adobados caseros	Al gusto.
100	grs	Quesillo o queso de ebra	
		Aceite de oliva	
1	pz	Aguacate	
		Utensilios:	
		Estufa con horno	
		Charola para hornear	
		Báscula	
		Taza medidora	
		Batidora	Opcional
		Sartén	
		Rodillo	
		Charrasca	
		Recipientes varios	Para colocar los ingredientes.
		Cuchillo de sierra	
		Cucharas soperas	
		Tenedor	

#	Preparación para el pan:
1	Colocar todos los ingredientes secos sobre la mesa o dentro de un tazón. Mezclar en seco
2	Formar una fuente y colocar al centro un poco de agua. Comenzar a mezclar y agregar agua hasta hidratar la harina.
3	Amasar hasta obtener la textura suave y elástica.
4	Si se siente dura, agregar más agua hasta obtener la consistencia de masa elástica.
5	Bolear, engrasar una charola, colocar la masa y untar aceite a la masa.
6	Leudar el tiempo necesario, una vez leudada ponchar y porcionar al tamaño deseado.
7	Bolear cada porción y dejar reposar la masa.
8	Pasando aproximadamente 5 minutos dar forma a cada porción, tipo pino de boliche.
9	Aplanar la figura y la parte más chica se debe torcer.
10	Colocar sobre una charola engrasada.
11	Leudar barnizar con el atole.
12	Espolvorear ajonjolí y llevar a hornear a 180°C durante unos 20 minutos.
13	Reservar hasta el momento de utilizar.

#	Preparación para el atole:
1	Mezclar el agua y la maicena, llevar al fuego sin dejar de mover.
2	Romper el hervor y espesar ligeramente.
3	Retirar del fuego, enfriar antes de utilizar.

#	Preparación para la milanesa:
1	Lavar y secar la carne.
2	Salpimentar la carne y pasar por harina con la ayuda de un rodillo.
3	Pegar el pan molido a la carne, colocando el pan molido sobre la mesa.

4	Colocar la carne, agregar el pan molido.
5	Palotear el pan molido sobre la carne.
6	Una vez empanizado calentar el aceite en un sartén.
7	Freír la milanesa, dejar dorado al gusto.

#	Preparación para armar la cemita:
1	Cortar el pan en dos partes y agregar aguacate a una tapa.
2	Colocar la milanesa.
3	Colocar la milanesa y una rebanada de jamón pasada ligeramente por aceite.
4	Colocar la rebanada de jamón sobre la milanesa.
5	Colocar el queso de hebra previamente deshebrado
6	Espolvorear un toque de sal.
7	Agregar un toque de aceite de oliva.
8	Colocar una porción de rajas o chipotles.
9	Colocar hojas de pápalo previamente desinfectado.

Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Chalupas

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

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes chalupas:	Observaciones (Marca)
5	pzas	Tortillas de maíz chicas	
50	gr	Manteca de cerdo	
1	pza	Bistec de pollo	
20	gr	Queso cotija	
		Ingredientes Salsa Verde:	
5	pzas	Tomates verdes	
2	dientes	Ajo	
1	tozo	Cebolla blanca	
2	pzas	Chiles serranos	
C/n		Sal y Pimenta	
		Aceite canola	
		Cilantro	
		Ingredientes Salsa Roja:	
2	pzas	Jitomate	
1	pza	Diente de ajo	
1	trozo	Cebolla	
2	pzas	Chile morita	

	c/n	Sal y Pimienta	
	c/n	Aceite de canola	
		Utensilios:	
		Sartén	
		Olla, cacerola	
		Licuada	
		Cuchara de servicio	
		Espumador	
		Cuchara sopera	
		Tenedor	
		cuchillo	
		Tabla	

#	Preparación de la salsa verde:
1	Lavar y desinfectar todos los vegetales.
2	Colocar en una olla el agua, tomates verdes, ajo, cebolla, chile verde, cilantro y llevar al fuego.
3	Hervir 5 minutos. Retirar del fuego y escurrir los ingredientes.
4	Licuar perfectamente.
5	Retirar del vaso, salpimentar y reservar hasta el momento de utilizar.
6	Preparación de salsa roja:
7	Lavar y desinfectar todos los ingredientes.
8	Desvenar el chile morita.
9	Colocar una taza de agua en una olla y colocar todos los ingredientes.
10	Llevar a fuego, hervir por 5 minutos y retirar del fuego, escurrir.
11	Licuar todos los ingredientes.
12	Retirar del vaso, salpimentar y reservar.
13	Preparación de la carne:
14	Colocar en una olla cebolla, ajo, sal y pimienta, carne de pollo y hervir por 5 minutos.
15	Retirar del fuego.
16	Enfriar.
17	Deshebrar la carne y reservar.
18	Preparación de las chalupas:
19	Calentar aceite en un sartén
20	Freír las tortillas.
21	Untar salsas rojas y verdes a las tortillas fritas.
22	Agregar pollo deshebrado
23	Agregar cebolla blanca picada. Retirar.
24	Agregar opcionalmente queso cotija espolvoreado.

CEDO
