



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo

Chilpachole de jaiba con camarón

Tiempo de Preparación:

Descripción:

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1/2	kg	Jitomate	Cortado en cuartos
c/n		Aceite vegetal	
1/2	kg	Cebolla	Cortada en cuartos
2	dientes	Ajo	
1/2	raja	Canela	
4	pzas	Chiles anchos	Sin semillas
4	pzas	Chipotles adobados	
2	lt	Caldo de pescado	
150	gr	Masa de maíz	
2	pzs	Jaibas limpias	
240	ml	Agua	
1	tza	Pulpa de jaiba	
3	ramas	Epazote	Lavado y desinfectado
1/2	kg	Camarón	Con cáscara sin cabeza

CEDO

#	Preparación:
1	Calentar el aceite y freír ligeramente el jitomate, la cebolla, el ajo, la canela y los chiles.
2	Licuar la preparación anterior con el caldo de pescado.
3	Regresar al fuego alto, moviendo constantemente.
4	Disolver la masa de maíz en el agua y agregar al caldillo, cocinar a fuego medio de 15 a 20 minutos hasta que las jaibas cambien de color y el caldillo espese ligeramente.
5	Servir al momento.
6	Acompañar con limón al gusto.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo

Migas

Tiempo de Preparación:

Descripción:

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1	kg	Pulpa de cerdo	
1/4	kg	Cebolla	Para cocer la carne
c/n		Agua para cocer la pulpa	
5	pzas	Chiles guajillos	Remojados en agua caliente
4	pzas	Birotes	Partidos en rebanadas tamaño medianos remojados
c/n		Agua fría	
3	dientes	Ajo	
		Para servir:	
		Cebolla picada, orégano	
		Chile de árbol y limón	

CEDO

#	Preparación:
1	Colocar la pulpa de cerdo con la cebolla y agua hasta cubrir en una olla de presión, agregar sal, tapar y dejar “chillar” aproximadamente 40 min. Apagar, dejar enfriar la olla y abrir.
2	Licuar los chiles con el agua hasta que queden suaves, sin semillas.
3	Remojar los bolillos en el agua fría hasta que se ablanden, aproximadamente 3 minutos.
4	Exprimir con la mano y formar bolitas comprimidas. Reservar.
5	Calentar en una olla con un poco de aceite y añadir los ajos picados finamente, los freír hasta dorar.
6	Agregar los chiles picados y sofreír aproximadamente por 2 minutos, añadir la carne y el caldo de la cocción, cocinar por 5 minutos.
7	Añadir las bolitas de birote remojado y mezclamos ligeramente.
8	Nota: las migas deben verse deshechas, no como engrudo.
9	Servir y acompañar con cebolla, orégano, chile y limón.
10	Nota: Es importante exprimir bien el birote y conservar en forma de bolita, ya que podría deshacerse dentro del caldo. También podría tostarse el birote, reservar e incorporar en el caldo (en todo caso podría omitir la carne).



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo

Puchero o caldo de res.

Tiempo de Preparación:

Descripción:

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
3	L	Agua	
1	pierna	Res con hueso	
1	cbza	Ajo	
2	hojas	Laurel	
3	cdas	Sal	
3	pzas	Chiles serranos	Picados en trozos grandes
4	pzas	Papas blancas	Picadas en cubos
1	pza	Cebolla	
4	pzs	Zanahoria	Cortadas en rodajas
3	pzas	Elotes	Cortadas en 3 trozos cada uno
1/4	pza	Repollo/col blanca	
1/2	tz	Cilantro fresco picado	
		Para servir:	
		Tortillas de maíz	
		Limón	
		Salsa de chile serrano	

CEDO

#	Preparación:
1	Poner en una olla de presión 2 ½ de agua, pierna de res, ajo, laurel, ½ a 2 horas o hasta que suavice la carne.
2	Llevar al fuego, tapar y reducir el fuego.
3	Cocinar de 1 ½ a 2 horas o hasta que la carne esté suave.
4	Agregar los chiles serranos, sal y ¼ de agua a la licuadora, procesar hasta que quede suave. Reservar
5	Retirar una vez que la carne esté tierna.
6	Retirar ajo y laurel
7	Agregar papas, cebolla, zanahorias, maíz y agua a la olla.
8	Sazonar con sal.
9	Llevar a ebullición.
10	Reducir el fuego.
11	Cocinar hasta que las papas estén tiernas y retirar el maíz y la carne del caldo.
12	Agregar el repollo y cilantro a la sopa.
13	Cocinar 10 a 15 min hasta que el repollo esté tierno pero crujiente.
14	Servir.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Pancita o menudo

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

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1 1/2	cdas	Sal	
5	dientes	Ajo	
1/2	pza	Cebolla	
2	hojas	Laurel	
1		Pata de res	Cortada en trozos.
1 1/2	kg	Pancita de res	Cortada en cubos.
10	pzas	Chiles Hatch o california	Seco, sin semillas y remojado en agua caliente.
1	cda	Orégano molido	
1/2	cda	Comino molido	
4	lt	Agua	
1/2	cdta	Pimienta negra molida	
1	cda	Chile piquín molido	
1	tza	Agua	

CEDO

	Utensilios:	
	Ollas	
	Estufa	
	Cucharon, pala	
	Licuada	
	Cuchillo	
	Tabla para picar	
	Taza medidora	
	Sartén, comal	
	Bowls, platos para servir.	

#	Preparación:
1	Calentar agua, sal, ajo, cebolla y laurel hasta llegar a punto de ebullición.
2	Añadir la pata de res, tapar y cocinar hasta suavizar.
3	Añadir la pancita y cocinar de 15 a 20 minutos o hasta que esté suave.
4	Licuar los chiles, ajo, orégano, comino, pimienta y 1 tza de agua, colar.
5	Verter la mezcla de la licuadora en la preparación de la pancita y cocinar hasta que hierva.
6	Nota: Para servir: cebolla picada, limón, hierbabuena, orégano seco, tortillas.