

RECETARIO





BALÓN GANADOR

Paulina Renero Isonza

Ingredientes

1 Queso Philadelphia de 190 grs,
1 o 2 Aguacates maduros
1/4 de cebolla picada o rayada (según el gusto)
1 Jitomate picado finamente
1 Ramita de cilantro
Chile serrano o jalapeño picado (al gusto)

1 Cdita. de consomé de pollo en polvo
Sal y pimienta al gusto
1 Taza de chicharrón de cerdo molido o triturado finamente.

Preparación

1. Acrema el queso, forra un tazón con plástico adherente y forma una capa con 3/4 partes del queso y reserva el restante.
2. Prepara un guacamole con el aguacate, cebolla, jitomate, cilantro, chile, consomé, sal y pimienta. Rellena el tazón con el guacamole y cierra con una capa del queso restante. Refrigerera 1 o 2 hrs.
3. Por último desmolda el balón y rebóvalo en el chicharrón hasta cubrir toda la superficie.
4. Colócalo en un platón al centro rodeado de galletas o totopos y disfruta!!!



TOSTADITAS DE ATÚN

Mayra Rivera Ramirez

Ingredientes

2 Latas de atún
2 Tomates (picados en cuadritos)
1/2 Cebolla o 1 entera si esta muy pequeña
(picada en cuadritos o rallada)
3 a 5 Chiles en vinagre picados digo de 3 a 5
según si les gusta picante pueden agaragar 2 mas

2 Aguacates (en cuadritos)
El jugo de 3 limones
15 tortillas de maíz

Preparación

1. Prepara las tostadas. Pon el comal a temperatura alta una vez que el comal esté bien caliente, baja la flama a fuego medio y coloca las tortillas. Éstas deben tomen una consistencia tostadita.
2. En un tazón grande revuelve todos los demás ingredientes excepto el jugo de limón, una ves que estén todos incorporados ahora si agrega el jugo de limón y vuelve a revolver
3. Coloca esta mezcla encima de las tostaditas y ¡listo! a disfrutar.

Si quieres dar un toque extra agraga chilito en polvo (opcional)



ALITAS PICOSITAS

Patricia

Ingredientes

- 2 kg de alitas
- 100 gr de valentina en polvo
- 50 gr de chile con limon en polvo
- un chorrito de vinagre
- Salsa botanera al gusto

Preparación

1. Mezcla todos los ingredientes y deja marinar las alitas, de preferencia de una noche anterior.
2. Pon en un sartén eléctrico a fuego medio hasta que estén listas, aprox. 20 min.
3. Sirve adicionándoles al gusto: salsa de soya, salsa inglesa, chile con limón en polvo, limón y salsa botanera .





EMPANADAS DE PLÁTANO MACHO

Lizeth Juárez Silva

Ingredientes

- 1 Lata de frijoles refritos
- 1/2 Cebolla
- 2 kg de Plátano macho
- Harina y sal

Preparación

1. Fríe la cebolla hasta que esté cristalina.
2. Agrega la lata de frijoles y revuelve con un poco de agua para que no se resequen. (opcional agregar chipotle o chorizo)
3. Pon a hervir el plátano macho hasta que se encuentre suave.
4. Amasa en un recipiente hasta obtener una consistencia uniforme.
5. Agrega un poco de harina para evitar se pegue en las manos.
6. Toma un poco de harina y hazla tortilla con las manos o con ayuda de un rodillo.
7. Coloca una cucharada de frijoles y cierra la tortilla formando una empanada
8. Pon a hervir aceite generosamente en un sartén y deja cocinar la empanada por unos minutos.
9. Retira del sartén, deja escurrir en papel absorbente para quitar el exceso de grasa.

Rinde 6 porciones aproximadamente.

¡Una opción económica y muy deliciosa!



TACOS DE CAMARÓN AL CHIPOTLE

María de Lourdes López Jiménez

Ingredientes

335 g de tocino cortado en trozos pequeños
½ cebolla en trozos
1 kg de camarones grandes, limpios, cocidos y en mitades
3 chiles chipotle en adobo, picados
12 tortillas de maíz

1 taza de cilantro fresco picado
1 limón, su jugo
Sal al gusto

Preparación

1. En un sartén profundo, fríe el tocino a fuego medio hasta que se dore.
2. Retira el exceso de grasa.
3. Agrega la cebolla y cocina por 5 minutos o hasta que se haya ablandado.
4. Agrega los camarones, chiles chipotle y sazona con cilantro, jugo de limón y sal.
5. Cocina 4 minutos más, hasta que estén calientes.
6. Calienta tortillas en un comal o sartén a fuego medio y rellena las tortillas con la mezcla de camarones.





BOLITAS DE POLLO

Margarita Escobar Garzón

Ingredientes

1 kg de Pechuga de pollo molida

1/4 de Queso manchego

1/4 de Jamón

2 Chiles jalapeños en cuadritos sin venas

2 Huevos batidos

1/4 de Avena molida

150 gr. de Perejil

Aderezo a elegir (catsup, salsa barbecue, mayonesa con chipotle)

Preparación

1. Haz pequeñas bolitas con la pechuca de pollo y mezcla con perejil (esto con el fin de que el perejil simule los hexagonales de un balón de fútbol) y se aplanan, dentro se les pone: jamón, queso y un pedazo de chile.

2. Cierra y vuelve a hacer la bolita. Después pon el huevo que se encuentra batido y luego la avena molida.

3. Fríe con aceite caliente y se deja escurrir.

4. Sirve con catsup, salsa barbecue o mayonesa con chipotle.



BOTANA DE QUESO Y PISTACHE

Norma Hernandez

Ingredientes

- 2 Paquetes de queso crema (190 g c/u)
- 1 Taza de pistaches pelados y picados
- ½ Cucharadita de curry en polvo
- Sal y pimienta al gusto
- 1 Trozo de papel aluminio
- Galletas saladas para acompañar

Preparación

1. Acrema los paquetes de queso con tus manos, añade el curry, sazona con la sal y la pimienta e integra perfectamente los pistaches.
2. Forma una barra con el queso, enróllala en el papel aluminio y refrigera por 15 minutos.
3. Retira del papel y ofrece con las galletas saladas o habaneras.





EMPANADAS FUTBOLERAS

Dalia Lisa

Ingredientes

Tortillas de harina
(podemos preparar la masa o comprar tortillitas precocidas, solo que tienen que ser chiquitas)
2 Salchichas picadas
1 Chorizo chico
2 Rebanadas de tocino picado

Cebolla finamente picada
Queso crema
1 Cuch. de chile chipotle
1 Cuch. de catsu

Preparación

1. Preparamos el relleno:

En una sartén fríe la salchicha, con el chorizo, y el tocino, agrega la cebollita ya sea rallada o picada, fríe nuevamente

2. Agrega la cucharada de catsup y la de chipotle.

3. Apaga y quita el exceso de aceite

4. Unta un poco de queso crema en las tortillas de harina y una cucharada del relleno, cierra muy bien, preparan todas las empanaditas.

5. Calienta un sartén con aceite, ya que está bien caliente, fríe las empanaditas, (que queden doraditas)

Esta receta está riquísima ¡acompañala con un guacamole y una salsita verde!



DIP ¡ROJO GANADOR!

Marina Morales

Ingredientes

Aguacate	Pepino
Limon	Salsa Catsup
Cebolla	Salsa de tomate
Tomate	Soya
Chile	Cerveza
Cilantro	

Preparación

1. Parte en pequeños pedazos 2 tomates, 1 cebolla, 5 chiles (sin semilla) y pepino y deposítalo en un molde.
2. Exprime el jugo de 6 limones en el molde.
3. Vierte media lata pequeña de la salsa de tomate y agrega salsa catsup suficiente para que al mezclar obtengas una consistencia espesa.
4. Coloca una cucharada de salsa soya y media botella de tu cerveza preferida.
5. Al final bate todo bien y parte en cubos 2 a 3 aguacates (según sea el tamaño).

Servimos unos chicharrones o totopos y el botaneo es ¡EXCELENTE!



DIP TRICOLOR

NeNaMoOoXa

Ingredientes

125 g de mantequilla sin sal
185 g de queso feta desmoronado
125 g de queso crema suavizado
1 diente de ajo picado
2 cebollitas cambray picadas
30 ml de vermut seco

Pimienta blanca molida al gusto
45 g de piñones tostados
80 g de jitomates desecados, picados
100 g de pesto

Preparación

1. Combina la mantequilla, queso feta, queso crema, ajo, cebollita cambray, vermut y pimienta blanca en un procesador de alimentos, después procesa hasta lograr una pasta suave.
2. Engrasa un recipiente o molde mediano y fórralo con plástico auto-adherente para sacar el contenido fácilmente.
3. Ya que está listo el molde, coloca las capas del dip dentro del recipiente en el siguiente orden: jitomates deshidratados, piñones, pesto y mezcla de queso.
4. Se repiten las capas, después presiona bien dentro del molde y se mete a refrigerar durante por lo menos 1 hora.
5. Finalmente, voltea el mole sobre un platón y retira el plástico.



PAPAS A LA DIABLA

Dulce Tah

Ingredientes

1 Kilo papas cambray
6 Limones grandes, su jugo
1 Cucharadita de sal de grano

1 Barra (90 gramos) de mantequilla
10 Chiles serranos, o al gusto
2 Cucharadas de consomé de pollo en polvo.

Preparación

1. Cuece las papas cubiertas en agua hirviendo, hasta que estén suaves y puedas picarlas fácilmente con un tenedor, aproximadamente 15 minutos. Escurre bien.
 2. Licua el jugo de limón con los chiles serranos y el consomé de pollo en polvo. (Si no quieres que tus papas queden muy picantes, desvena los chiles antes de licuarlos).
 3. Derrite la mantequilla en un sartén a fuego medio. Agrega las papas cocidas y fríe durante 3 minutos.
- Vierte sobre las papas la salsa de chile serrano y cocina, moviendo constantemente, durante 2 minutos más o hasta que los sabores se hayan integrado.

