

EN CASA CON LETY.

Leticia Orozco de Huerta.

Invierno 2018.

INDICE.

No de hoja.

- | | |
|----------------------|---|
| • 1 | Portada. |
| • 2 | Indice. |
| • 3 | Presentación. |
| • 4 | Panque de nuez y pastel de |
| Chocolate. | |
| • 5 | Pastel de zanahoria. |
| • 6 | Cheese cake de chocolate. |
| Pay de guayaba. | |
| • 7 | Ponche caliente y egnog fiesta. |
| • 8 | aceitunas marinadas, queso con tamarindo |
| Bocaditos camembert. | |
| • 9 | Botana de ciruela pasa, chowder de pescado. |
| • 10 | Cremas de; cebollitas cambray, ajo, crostinis. |
| • 11 | Crema de albahaca, ensalada navideña. |
| • 12 | Ensalada navideña 2, papas al perejil. |
| • 13 | Ensalada betabel, ejotes al limón, camarones a la |
| diabla. | |
| • 14 | Salsa roja, lomo juanita, Bacalao tia Martha. |
| • 15 | Pierna em salsa de mango. |
| • 16 | Ideas varias, despedida. |

RECETARIO NAVIDEÑO 2013

EN CASA CON LETY

Su anfitriona: LETICIA OROZCO DE HUERTA.

Queridísimas amigas(os):

¿Como puedo corresponder a tanta gente linda que día con día escucha el programa y me acompaña?, como agradecer sus comentarios siempre amables y alguno que otro jalón de orejas.

...Solo con una entrega absoluta de mi persona hacia uds., dando mi tiempo, conocimientos y amor para que compartamos un octavo aniversario del programa y una NAVIDAD más plena.

Para mí, el venir tarde a tarde a RADIO MUJER es un apostolado, ¡quisiera hacer más!, hablar tal vez con mayor sustancia, poder transmitir en los conceptos que se dan a través del programa, la información que necesitan en ese momento, ¡ojala lo logre!. La cualidad principal del hombre...es: ¡Ser agradecidos! Hoy les agradezco su cariño y fidelidad.

En este recetario deseo darles no solo regalos materiales, también quiero dejarles una huella de JESUS NIÑO en su corazón, ¿no es acaso EL, el festejado?

Preparemos pues, en cada hogar un lugar especial, donde el niño Jesús y la sagrada familia se queden a vivir con nosotros esta navidad y siempre, arrojemos a nuestro niño con los dones que él nos dió.

Ni les digo lo que le agradezco a DIOS y a María Santísima, porque no termino nunca, ahora sí que soy toda de ellos y ellos todos míos. TODO A JESUS POR MARIA, TODO A MARIA PARA JESUS.

Feliz navidad y un próspero año, lleno de satisfacciones y de salud, de paz y de armonía, de integración y de éxitos profesionales y todo lo demás que les llegue por añadidura.

LES AGRADEZCO INFINITO.
UN ABRAZO CON TODO CARIÑO.
LETICIA OROZCO DE HUERTA.
5 de Diciembre del 2013.

Y EMPECEMOS CON EL FINAL....LOS POSTRES

PANQUE MARMOLEADO DE NUEZ.

Ingredientes:

- 375 gr. mantequilla.
- 120 gr. azúcar.
- 9 huevos.
- 1 cda. Vainilla.
- 500 gr. harina.
- 25 gr. polvos de hornear.
- 200 gr. nuez en trozos.
- 3 cdas. cocoa cernida.

-cremar la mantequilla con el azúcar a esponjar.

-añadir los huevos uno por uno.

-vainilla y los ingredientes secos cernidos menos la cocoa.

-dividir en dos partes la mezcla y a una ponerle la cocoa y un punto de café.

-en un molde de panqué poner la mitad de la masa de vainilla y de chocolate, poner por capas hasta terminar. Y entre cada una; nuez.

-con un palillo de brocheta, formar círculos y entre capa y capa, que se intercalen las pastas.

-precalentar el horno a 180° C y hornear de 30 a 40 min. ó más, hasta que este cocido.

-sacar tibio y decorar con betún de chocolate. O glaseado de vainilla.5-84.

*si se desea hacer de naranja o limón, se añade a la harina la ralladura de 1 cítrico y 1 cda. De esencia del sabor deseado. Combina muy bien con la nuez y la cocoa.

-si falta humedad al batido, añadir leche cortada con limón, o jugo de naranja o bien, unas cdas. de crema.

Tips. De Lety de Huerta.

PASTEL DE CHOCOLATE LETY.

Ingredientes:

- 1 paq. Pastel de chocolate.
- 1 ½ tazas de aceite.
- 2 tazas de leche.
- 2 tazas de harina.
- 2 tazas de azúcar glass.
- 2 cdas. cocoa.
- 1 cda. Royal.
- 5 huevos.
- 1 taza de nuez.

-batir los huevos a esponjar, añadir el aceite y azúcar.

-seguir batiendo y añadir los polvos todos; cocoa, harina blanca, de chocolate preparada y polvo de hornear, alternar con la leche.

-enharinar ligeramente la nuez y envolverla en el batido.

-engrasar dos moldes de 23 cm. Cada uno y enharinarlos bien.

-vaciar la mezcla y precalentar el horno a 180° C por 15 min.

-hornear por 50 min. aprox. O hasta que estén cocidos.

-tardan un poco, es mucho líquido, no se desesperen.

-no llenen en demasía los moldes porque esponja mucho y se tira.

BETUN:

• 1 barra de 90 gr. mantequilla.

• 1 lata leche condensada.

100 gr. chocolate semi-amargo rallado.

Se pone todo a fuego manso y se menea para que se derrita el chocolate, se deja enfriar un poco a que tome consistencia y se decora el panque, la rosca o pastel, la forma que uds.

Deseen.

Decorar con nuez o con tiras de chocolate blanco o de leche sacadas con cuchillo o pela papas.

TIP. Pueden rellenar el pastel con mermelada de chabacano o de fresa.

-de crema pastelera y frutas.

-de crema chantilly, al gusto y queda ¡Mmmmmm DELICIOSO!

PASTEL DE ZANAHORIA LETY.

Ingredientes.

- 1 taza azúcar moscabada.
- 1 taza de azúcar.
- 3 tazas de zanahoria rallada en crudo.
- 4 huevos.
- 1 ½ tazas de aceite.
- 1 cda. Sal molida.
- 1 cda. Royal.
- 1 cda. Bicarbonato de sodio..
- 2 ½ tazas de harina cernida.
- 2 cdtas. Canela molida.
- ¼ cda. Nuez moscada.
- 1 pizca de clavo molido.
- ½ taza de pasas rubias y oscuras.
- ½ taza de biznaga en cuadritos.
- 1 taza de nuez.

-batir huevos, azúcares y aceite a esponjar.

-añadir polvos cernidos juntos.

-agregar la zanahoria de a poco para que vaya soltando humedad.

Por último las pasas, nuez y biznaga enharinadas y se añaden en forma envolvente.

-engrasar y enharinar un molde de rosca y vaciar la pasta.

-hornear a 190° C, precalentado antes por 15 min.

-se desmolda y se deja enfriar.

-decorar con:

BETUN:

- 1 queso crema de 190gr.
- 2 cdas. vainilla.
- 1 barra mantequilla. 90 gr.
- ¼ k. azúcar glass.

-cremar queso y mantequilla a desaparecer grumos.

-añadir el azúcar y la vainilla.

-dejar consistencia unttable y cremosa, si se necesita, añadir más azúcar.

DECORACION:

Nuez molida para salpicar toda la rosca.

-nuez en mitades para decorar con hojitas verdes.

-o bien hacer con el mismo betún, un poco de color naranja para formar unas zanahorias y ponerle otro poco de masa verde.

(esto ya esta más que choteado, pero se los menciono, prefiero la primera opción)

CHEESE CAKE DE CHOCOLATE. CAPRIAL.

Ingredientes:

- 1 k. queso crema.
- 1 ½ tazas de azúcar.
- 1 limón, el jugo y la ralladura.
- 4 huevos.
- 1 cda. Vainilla.
- 150 gr. chocolate blanco derretido a baño maría o micro.
- -molde desarmable.
- Horno a 170° C

-se bate perfectamente el queso crema para desbaratar grumos, bajen cada y cuando el queso de los lados y del fondo para que se incorpore perfectamente bien.

-añadir el azúcar y desbaratar el grumo.

-agregar jugo y ralladura, luego los huevos uno por uno.

-la vainilla y cuando ya todo este perfectamente integrado, se añade el chocolate en forma envolvente.

-en un molde desarmable engrasado y cubierto por fuera con papel aluminio, se vacía la masa y se empareja.

-hornear a 170° C por una hora o más, hasta que este cocido.

-TIPS.-

-si el pastel empieza a partirse, abrir un poco la puerta del horno y seguir horneando.

-si para fin de que se cueza, se sume un poco, quiere decir que el horno esta muy caliente, bajen la temperatura a 160° C. y horneen con la puerta entreabierta, solo un poco.

-para corregir, faltando 5 min. aprox. De cocción, agregarle un poco de crema con azúcar y se pone por encima para que llene huecos y tome color.

-desmoldar una vez frío el pastel y decorar con rizos de chocolate.

PIE DE GUAYABA.

Ingredientes:

Para la costra:

- 100 gr. mantequilla.
- 1 ¼ tazas harina.
- 1 pizca de sal.
- 6 cdas. agua helada.
- ¼ taza nuez finamente picada.

-se juntan todos los ingredientes secos y se va añadiendo agua hasta formar una bola.

-se extiende con rodillo y se forra un molde engrasado y enharinado con la pasta.

Se refrigera de nuevo 1 hr.

-pinchar la superficie con un tenedor para que no infle o bien, poner un papel encerado sobre la costra y peso. (Hornear a blanco)

-se hornea 180° C por 20 min. o hasta que este bien cocida la pasta.

RELLENO:

- 8 GUAYABAS PARTIDAS A LA MITAD.
- 2 TAZAS DE AGUA.
- 2 RAJITAS DE CANELA.
- 1/3 TAZA DE AZÚCAR.

-Se hierven las guayabas sin semillas en el agua y con azúcar y canela.

-cuando ya estén cocidas las guayabas se retiran y se sigue dejando hervir el almíbar para que se reduzca un poco.

-apagar y enfriar.

RELLENO No. 2

- 1 queso crema 190gr.
- 1 lata leche condensada.
- Las guayabas ya cocidas.
- 2/3 taza del almíbar de las mismas.
- 1 cda. Grenetina.

-Se hidrata 1 cda. De grenetina en ½ taza del almíbar y se disuelve bien, añadir todos los ingredientes y licuarlos , recuerden que hay que poner la grenetina a baño maría 30 seg. O bien, si esta caliente el almíbar, solo cuidar que no se formen grumos.

OJO.- la cantidad de almíbar para desbaratar la grenetina es de los 2/3 de taza que ya pedí.

O.k.

-una vez la costra horneada y fría, vaciar el relleno y refrigerar.
-cuando este firme, sacar y desbaratar un poco de ate o guayabate y poner una capa encima de pie, volver a refrigerar. RICO!

Estamos picadas(os) con las recetas verdad, se antoja un ponche...

PONCHE CALIENTE DE VINO TINTO.

Ingredientes:

- 2 tazas de agua.
- 1 taza azúcar.
- 3 clavos de olor.
- 1 raja grande de canela.
- Nuez moscada al gusto.
- 1 cáscara de limón.
- 1 cáscara de naranja.
- 1 botella de litro de buen vino tinto.
- Ramitas de hierbabuena.

-en una olla, al fuego calentar; agua, especias y cáscaras.

-una vez que hierve, dejar 5 min. y colar sobre olla de barro de preferencia.

-añadir vino y azúcar y prender el fuego solo para desbaratar el azúcar.

No debe hervir.

-se adorna cada taza con una ramita de hierbabuena fresca que le dará aroma y un toque de sabor.

-si desean pelar uvas moradas y quitar semillas, poner unas cuantas en mitades en cada taza o copa.

EGNOG FIESTA.

MI FAVORITO!

Ingredientes:

- 8 huevos.

- 1 taza de azúcar.
 - ½ cda. Sal.
 - 2 litros leche.
 - ½ taza de brandy.
 - ½ taza de ron.
 - Nuez moscada al momento de servir. Espolvoreando.
- batir las yemas con la mitad del azúcar y la sal.
- mientras tanto se calienta la leche a que alcance punto de ebullición.
- temperar las yemas y añadirlas a la leche y batir sobre baño maría ya preparado y caliente y cocinar 15 min. Hasta que espese un poco.
- dejar enfriar tapado para que no se forme nata.
- antes de envolver las claras, poner los licores al gusto.
- 1 hora antes de servir y ya frío, se baten las claras a punto de turrón con la otra mitad del azúcar y se envuelven al ponche.
- volver a refrigerar y en cada copa o vaso especial, servimos la bebida y espolvoreamos nuez moscada.
- pueden poner un popote cortado a la mitad y adornar con una cereza.
- Sabe rico, pueden omitir el licor por completo o poner solo un poco para darle un toque de sabor.

CALMANDO LA SED, CALMEMOS EL HAMBRE.
BOTANAS PARA RECIBIR A LA FAMILIA.

ACEITUNAS MARINADAS.

Ingredientes:

- 1 frasco de aceitunas negras sin hueso, escurridas.
- 1 frasco de aceitunas verdes sin hueso.
- 1 frasco aceitunas con pimienta escurridas también.
- 1 cda. Tomillo fresco picado.
- 1 cda. Albahaca fresca picada.
- 1 cda. Perejil fresco picado.
- ½ cda. Romero fresco picado.
- Pimienta recién molida.
- Jugo de limón al gusto.
- -aceite de oliva para macerar el necesario.

-se revuelven todos los ingredientes y se guarda tapado en el refrigerador hasta la hora de servir.

QUESO CREMA CON TAMARINDO.

Ingredientes:

- 1 queso crema de 190gr.
- 1 cda. Salsa soya.
- 1 cda. Vinagre de jalapeños.
- 3 cdas. pulpa de tamarindo. (para hacer aguas frescas)
- Nuez picada.
- Pimienta.

- Revolver vinagre, salsa y pulpa y bañar el queso que esta frío.
- para servir volver a bañar con su mismo salsa y espolvorear nuez.
- acompañar con galletas.

BOCADITOS DE CAMEMBERT.

Ingredientes:

- 1 queso camembert o manchego, la pieza completa.
- 1 taza de pan molido al que se le agrega:
 - -un toquecito de pimienta negra.
 - -2 cdas. de ajonjolí.
 - -1 cda. Hierbas finas deshidratadas.
- 1 huevo batido con 1 cda. Leche.
- -aceite el necesario para freír.

- cortar el queso en porciones tamaño bocado.
- rebozar en harina para sellar la humedad.
- pasarlas por huevo batido.
- rebozarlas en pan y congelarlas 30 min.
- freír en aceite vegetal caliente, escurrir y servir.
- decoran palillos o con tenedores especiales para bocados.

BOTANA DE CIRUELAS PASAS.

Ingredientes.

- Ciruelas pasas deshuesadas.
- Tocino rebanado y cortado en tiras más pequeñas.
- Aceitunas rellenas de pimientos o anchoas o queso azul.
- Palillos de madera.

- dentro de cada ciruela colocar una aceituna.
- envolver con tiritas de tocino y cerrar con el palillo.
- pueden tenerse preparadas con antelación y al momento de servir. 10 ó 15 min. antes, se hornean a 200° C para que dore el tocino.
- servir calientes.

Y AHORA...EL PRIMER PLATO, LAS SOPAS Y CREMAS.

CHOWDER DE PESCADO.

4 porciones.

- 25 gr. Tocino picado finamente.
- 50 gr. Apio en brunoise.
- 50 gr. Harina.
- 120 gr. Papa dado mediano.
- 190ml. Crema caliente.
- Sal, salsa inglesa y salsa tabasco.
- 50 gr. Cebolla mincé.
- 50 gr. Zanahoria en brunoise.
- 800 ml. Fondo de pescado.
- 250 gr. Mero en cuadros.
- 190 ml. Leche caliente.
- ½ cda. Perejil picado.

- saltear el tocino, añadir cebolla, apio y zanahoria, cocinar 2 min.
- añadir harina y revolver, cocinar a dorar ligeramente.
- agregar el fondo de pescado, cuando suelte el hervor, añadir las papas y cocinar 10 min. O más a ablandar.
- añadir el pescado, cocinar 3 min. Y añadir la leche y crema calientes.
- apagar fuego. Ya no debe hervir.
- espolvorear perejil picado y sazonar.

Como vemos las sopas y cremas tienen casi los mismos elementos, ligándolas con algunos otros y usando fondos diferentes, obtenemos preparaciones deliciosas y nutritivas, que bien pueden convertirse en plato único para la hora de la comida.

- despierte su imaginación y añada su don creativo, incorporando a sus sopas guarniciones

variadas: como frituras de hierbas.

CREMA DE CEBOLLITAS DE CAMBRAY.

4 porciones.

Ingredientes:

- 3 cdas. Mantequilla. (60 gr.)
- 16 cebollitas cambray picadas.
- 3 cdas. Harina.
- 4 ½ tazas fondo de pollo.
- 2 papas grandes peladas y rebanadas.
- ½ cda. Tomillo.
- 1 cda. Albahaca.
- 1 cda. Estragón.
- 1 cda. Perejil fresco picado.
- Sal y pimienta.

-saltear en la grasa las cebollas a fuego bajo por 6 min.

-añadir harina y dorarla 1 minuto. (roux.)

-añadir caldo y revolver con batidor de globo.

-agregar papas y condimentos y cocinar 30 min. A fuego bajo, revolver ocasionalmente.

-retirar del fuego y colar la sopa.

--si lo

desea o servirla licuado con todo.

-si se cuele el resultado es más fino.

-si se licua o se toma directo de la olla se aprovecha toda la fibra.

-adornar con perejil y los tallos de cebolla, croutones o al gusto.

CREMA DE AJO.

4 porciones.

Ingredientes.

- 90 gr. Mantequilla.
- 1 cebolla chica cortada en mincé.
- 500 ml. Leche.
- 2 cabezas de ajo peladas y blanqueadas tres veces.
- 300 gr. Papas peladas en dado mediano.
- 500 ml. Fondo de pollo.
- Sal, pimienta blanca, nuez moscada.

- los ajos se blanquean en agua caliente y se deja a que de un hervor ligero. Se retiran a un baño maría invertido.
 - secar bien los ajos y saltearlos en 30 gr. de mantequilla.
 - añadir la cebolla a cristalizar.
 - la papa y el resto de la mantequilla, cocinar unos minutos a que ablande la cebolla.
 - agregar el fondo de pollo y leche, cocinar 15 min. A que ablande la papa.
 - licuar y sazonar, volver a la cacerola ya enjuagada y mantener caliente.
- Servir con crostinis de aceituna negra.

CROSTINIS.-

- Pan tostado al horno.
- 100 gr. aceitunas negras.
- .50ml. Aceite de oliva extra virgen.
- Sal y pimienta.
- Las aceitunas se pican fino y se mezclan con el aceite, sazonar y listo.
- Poner la sopa con una o dos porciones.

CREMA DE ALBAHACA.

Ingredientes:

- 1 cebolla rebanada
- 2 dientes de ajo picados.
- 100 gr. mantequilla.
- 2 cdtas. Aceite oliva.
- 3 cdas. fécula de maíz u hojuelas de papa.
- 1 litro de fondo de pollo.
- 1 taza de crema para batir o leche evaporada.
- Sal y pimienta.
- 2 tazas de hojas de albahaca blanqueadas con pizca de bicarbonato.

- la cebolla y el ajo se saltean en mantequilla y aceite.
 - se añade la fécula y se cocina 2 min. a fuego medio bajo.
 - añadir el caldo y subir un poco el fuego, sin dejar de mover.
 - se agregan las hojas de albahaca ya blanqueadas 1 min. en agua caliente y escurridas.
- Se condimenta con sal y pimienta.
- se licua todo y se vuelve al fuego, rectificar sazón y al apagar, poner la crema.
 - para servir a la hora de calentar, cuiden que no hierba para que no se corte.
(Temperen la crema o la leche evaporada, no lo olviden, REGLA DE ORO)
 - sirvan en plato hondo con guarnición de pimienta roja en brunoise.
 - si desean adornen con pistaches.

ME INVITAN, ¡!!!

Seguimos...ya se cansaron....falta lo mejor.

GUARNICIONES Y ENSALADAS.

ENSALADA NAVIDEÑA.

- 100 gr. orejones de pera.
- 50 gr. orejones manzana.
- 50 gr. orejones chabacano.
- 50 gr. dátiles.
- 50 gr. pasas.
- 10 ciruelas deshuesadas.
- 50 gr. almendras peladas y picadas.
- 50 gr. piñón pelado.
- 50 gr. nuez picada.
- 1 taza crema.
- 1 taza mayonesa.
- 3 cdas. Azúcar.
- Jugo de 1 limón.
- Hojas de lechuga para servir.

- Revolver crema, mayonesa, azúcar y limón, verificar sazón.
- picar todo al tamaño de las pasas y aderezar revolviendo todo.
- servir sobre una corona de hojas de lechugas varias.
- adornar con una cereza.

OTRA ENSALADA NAVIDEÑA.

Ingredientes:

- 2 manzanas rojas.
- 2 manzanas verdes.
- Ambas picadas con cáscara en cubos.
- 2 tazas de uvas sin semillas y partidas a la mitad.
- 1 taza de apio picado.
- 2 tazas de piña en almíbar escurrida y picadas.
- -revolver todo.
- ADEREZO.
- ½ tza. de crema

- ½ tza. Mayonesa Light.
 - ½ taza de yogurt natural.
 - 1 cdta. Azúcar.
 - ¼ cdta. Nuez moscada.
 - Sal y pimienta.
- Opcional. Malvaviscos mini.

- Se revuelve todo.
- Rectificar sazón y bañar las frutas.
- servir sobre lechugas.
- espolvorear nuez.

PAPAS AL PEREJIL.

Ingredientes:

- 8 papas grandes.
- 120 gr. mantequilla.
- 3 cdas. Perejil fresco picado finamente.
- Sal y pimienta.

- Corte las papas en cuartos y déles forma de cilindro. (tornear)
- en una cacerola con abundante agua con sal, poner a cocer las papas a partir de agua fría.
- una vez cocidas, escúrralas y coloque las mismas en una cacerola con la mantequilla ya derretida y al fuego.
- deje que las papas suelten lo que tengan de humedad y así van a tomar mejor la mantequilla, añada el perejil y sazone.
- apague y sirva de inmediato.

OTRA MANERA DE COMER PAPAS.

Ingredientes:

- 1 papa por comensal.
- Tocino frito desmenuzado
- Crema agria.
- Queso amarillo em cubos.
- Sal y pimienta.
- 1 cda. Salsa inglesa.
- 1 cdta. Jugo maggi.

- Las papas se cuecen peladas en agua con sal.
- en cuanto estén tiernas pero no demasiado cocidas. Se hacen cortes a lo ancho de la papa y en cada abertura se pone tocino, queso amarillo. Tener cuidado de no separar la papa en rebanadas.
- se mezcla crema agria con salsas, sal y pimienta.
- en un refractario con mantequilla, acomodar cada papa.
- bañar con la crema aderezada y hornear a 180° C por 20 min.
- espolvorear queso parmesano.

ENSALADA DE BETABEL.

Ingredientes:

- 1 k. betabel rallado en crudo.
- 1 lata de piña en trocitos.
- ¼ k. nuez troceada.
- ½ k. crema dulce.
- 3 cdas. mayonesa Light.

- revolver todo, menos el betabel.
- antes de servir se añade el betabel, revolver un poco y servir.
- refrigerar.

EJOTES AL LIMÓN.

Ingredientes:

- 1 k. ejotes cortados en sesgo.
- 1 taza de agua.
- 4 cdas. mantequilla.
- 6 cdas. almendras fileteadas y tostadas.
- Sal.
- ½ cdta. Azúcar.
- 1 limón grande, el jugo.

- en una sartén se pone a calentar agua, mantequilla y sal con azúcar.
- se agregan los ejotes y se cocinan destapados por 10 min.
- se tapan después de ese tiempo, hasta que estén suaves y brillantes, bien glaseados.

-se añaden las almendras y el jugo de limón.

-apagar y servir.

Con esta técnica puedes sustituir la verdura por otra de tu preferencia.

(Zanahorias, coles de Bruselas, cebollitas cambray, etc.)

AHORA EL PLATO FUERTE Y A COMER SE HA DICHO!

CAMARONES A LA DIABLA.

Ingredientes:

- 1 k. camarones limpios.
- 1 l. crema.
- ¼ taza vino blanco.
- 1 c. consomé polvo.
- Mantequilla la necesaria.
- .2 tazas de salsa roja.

-calentar la crema sin que hierva, añadir la salsa roja y el consomé disuelto en el vino blanco.

-calentar un poco más sin dejar hervir.

-aparte, saltear en mantequilla los camarones y se añaden a la salsa.

SALSA ROJA.

Ingredientes:

- 5 jitomates grandes maduros.
- 50 gr. tomates verdes.
- 2 chiles serranos.
- 1 cda. De chile de árbol tostado y molido.
- 1 d. ajo mincé.
- ¼ pza. cebolla en mincé.
- 2 cdas. aceite de oliva.
-

-asar los jitomates y tomates en el horno junto con los chiles serranos, licuar bien.

-calentar el aceite de oliva y ahí saltear ajo y cebolla.

-añadir lo licuado y sazonar, al final agregar el chile de árbol tostado y molido.

-vaciar a la crema caliente e incorporar los camarones ya salteados.

LOMO JUANITA.

Ingredientes:

- 1 k. lomo en trozo, limpio.
- 2 ½ tazas de jerez tres coronas.
- ½ taza vinagre blanco.
- 1 ½ tazas de leche.
- 1 taza de pasitas negras.
- Sal de ajo.
- Sal y pimienta.
- Perejil
- 1 taza de almendra sin piel y fileteada.

-mechar el lomo con algunas pasas, almendras, ciruelas y tocino, extras de lo que se pide en la receta.

-el lomo se salpimenta y se adereza con sal de ajo.

-en una cazuela amplia, dorar en aceite el lomo, por todos lados.

-recuerden que un dorado intenso y parejo dará mejor sabor a la carne de cerdo.

-añadir el jerez, vinagre y leche, va a cortarse la salsa, no se preocupen, luego se liga.

-se le da vueltas al lomo de cuando en cuando para que se cueza bien por todos lados.

-tapado siempre y a fuego medio bajo.

-mientras tanto doramos las almendras y sacamos el lomo después de media hora aproximadamente y lo rebanamos delgado.

-debe quedar salsa, a ésta, le añadimos las pasas y algunas almendras.

-licuamos todo, raspando bien la cazuela para deglasear y que quede todo el sabor.

-volvemos el lomo a la salsa y añadimos las almendras.

-espolvorear perejil fresco picado, aparte de dar color, es un buen digestivo.

-NO ES POR NADA, PERO QUEDA SUCULENTO!

Me guardan un taquito.

BACALAO TÍA MARTHA.

Receta de la Chef. Mónica Patiño.

Ingredientes:

- ¾ k. bacalao remojado para desalarlo y desmenuzado.
- 1 ½ k. jitomate bola cocido o asado y licuado sin agua y colado.
- 1 taza aceite de oliva.
- 1 k. papitas cambray.
- 1 k. cebolla fileteada.
- 60 gr. ajo picados.
- 1 frasco de alcaparras.
- 1 frasco de aceitunas con hueso.
- 1 lata de chiles güeros en vinagre.

- Sal.
 - Perejil picado. Suficiente.
- Opcional: pimiento rojo en rajas asado y desvenado.
- comprar el bacalao seco y con piel para que se aseguren que si es bacalao original.
 - tres días antes, dejarlo remojar en agua fría y cambiarla dos o tres veces al día, enjuagando y escurriendo, así, hasta tenerlo listo.
 - quitarle la piel y los huesitos o espinas y desmenuzarlo.
 - en una cazuela grande y gruesa de preferencia, poner el aceite y cebolla con ajo, dejar cocinar 10 min. hasta que este completamente transparente.
 - añadir el puré del jitomate y cocinar a fuego bajo hasta que haga ojitos, más de una hora.
 - en este punto se añade el bacalao, cocinar otros minutos y añadimos el resto de ingredientes.
 - verificamos de sal
 - dejamos cocinar 30 min. todo a fuego mínimo, recuerden que son cocciones prolongadas, por lo que no debemos abusar de la sal, ya que puede pasarse y echar a perder nuestro esfuerzo y guiso.
 - las papitas cambay ya deben estar cocidas y peladas.
 - pueden también añadir almendra pelada y fileteada para hacerlo más español.
 - esta misma receta la pueden elaborar con atún o marlin.
- Se acostumbra servir en teleras untadas con mayonesa en México D.F.
ESTE GUIISO ES MEJOR AL SIGUIENTE DÍA.

PIERNA EN SALSA DE MANGO.

Receta de la Sra. María Luisa Noguez

Ingredientes:

- 1 pierna de 4 k. cerdo, deshuesada.
- 2 latas de mango en almíbar escurridos.
- 250 gr. pasitas.
- 1 cebolla.
- 4 dientes ajo machacados.
- 1 pimiento rojo picado.
- 2 cdas. mostaza en polvo.
- 1 cda. Semillas de cilantro molidas.
- 1 taza de vinagre.
- ¼ taza aceite.
- 1 taza agua.
- Sal al gusto.
- ¼ taza tequila.
- Sal y pimienta al gusto.
- 2 clavos.
- 3 chiles anchos desvenados.

- preparo una marinada con el tequila, ajos y aceite.
 - lavo, seco y pico la pierna con un tenedor o pica-hielo y la marino por dos horas en el refrigerador.
 - remojo los chiles en el vinagre 30 min y licuo todos los ingredientes, incluyendo el mango.
 - pongo al fuego toda la mezcla y dejo que espese, si es necesario, añada azúcar., para que tenga un sabor agridulce.
 - dejo enfriar.
 - preparo la pierna en una charola de horno y la cubro con papel aluminio, horneo una hora a 250° C.
 - pasado ese tiempo, destape la pierna y cocine bañando con la salsa, cúbrala nuevamente y deje una hora más la pierna, cubierta.
 - recuerde bañarla cada y cuando.
 - destape después de las dos horas de cocción y cocine la pierna destapada otra hora, verifique que ya no salgan jugos rojos y siga bañando con los líquidos de cocción.
 - una vez cocida y dorada, esta lista para servir.
- Esta receta ha tenido algunas variantes de su autora, que ha concursado y ganado varios premios con esta receta. .La adición es el tequila, los chiles y clavos.

Ahora bien, si consigues mango petacón verde, cocine igual, solo añada azúcar.

Puede necesitar de 500. gr, ó hasta 1 k.

QUEDA DELICIOSA!

Para cubrir todos los gustos, debería de tener 1000 recetas, es imposible, lo que sí, recuerden que les pedí me ayudaran a hacer un recetario a su gusto, de las pocas señoras que me pidieron recetas, están ya incluidas.

Ideas:

Lomo relleno.

Hacer un buen picadillo y el lomo se lava, seca y cubre con ajo machacado, sal de cebolla y mostaza, todo mezclado con jugo de limón. Esta preparación la hace la mamá de mi esposo y queda de muy buen sabor la carne.

Una vez marinado por 1 hora, esparzan el relleno uniformemente, amarren el lomo con hilaza de algodón y sellen la pza. en aceite caliente.

-cubran con jugo de piña o de naranja, con vino blanco, tinto o jerez y agua para completar la cocción antes de rebanar, dejen que repose la carne muy bien y sirvan en un platón, bañando con la salsa que quedo en la cazuela y que pueden espesar con un poco de fécula.

ANIMENSE A INNOVAR SUS RECETAS TRADICIONALES Y A PONERLES UN TOQUE MÁS MODERNO, HAY TANTA VARIEDAD DE PLATILLOS QUE DE VEZ EN VEZ, SE ANTOJA CAMBIAR Y COMER RICO PERO CON UN TOQUE YA SEA MÁS SENCILLO SI NO CUENTAS CON AYUDA, O MÁS SOFISTICADO SI TIENES UN EQUIPO HASTA PARA COMPARTIR GASTOS.

Que DIOS ilumine tu camino, que brille en tu rostro una sonrisa que colme a tus seres queridos y que se les dibuje a ellos, otra más amplia para ti, que siempre tengas un “alguien “ en quién confiar, que encuentres una mano amiga cuando te caigas para que te ayuden a levantarte, que nunca falte pan en tu mesa y que la sal y la pimienta que le da sabor a tus alimentos, se conviertan en oración y alegría para tu alma y que sepas contagiar a todos los seres que te rodean, con ese HALO especial que pensó EL NIÑITO JESUS, exclusivamente para TI., recuérdalo...ERES UNICA, E IRREPETIBLE...ERES GENIAL....QUE BUENO QUE PUEDO CONOCERTE A TRAVES DEL RADIO O DE ESTA PAGINA O DE YOU TUBE, GRACIAS!.TE MANDO UN ABRAZO.

LETICIA OROZCO DE HUERTA.