



CHURÍPO



Ingredientes:

1 kg. De carne fresca de res para cocido

1 kg. De carne seca de res para cocido

½ manojo de cilantro

½ kg. De calabacitas

½ kg. De col

½ kg. De zanahoria

Chiles pasilla al gusto

Chile guajillo al gusto

Sal al gusto

Preparación:

Se cuece la carne, cuando esté cocida se le agrada el cilantro y el chile, previamente remojado y molido en metate.

Al final se incorporan las verduras, para que no se desbaraten.

Se sazona con sal agosto.

El guiso se sirve bien caliente en cazuelitas de barro, acompañado de corundas.



OLLA PODRIDA

Ingredientes:

1 kg. De pollo
1 kg. De carne de res para cocido
1 kg. De carne de cerdo
1 kg. De chayote
1 kg. De zanahoria
1 col mediana
½ kg. De calabacitas
1 kg. De papas
¼ kg. De ejotes
½ kg. De habas frescas
½ kg. De chícharos frescos
2 cebollas picadas
4 jitomates
2 xoconostles
Chile pasilla, guajillo, jalapeño y serrano, al gusto
Tomillo, mejorana, ajo y sal, a gusto
Aceitunas, al gusto
Pulque, al gusto
Cerveza, la necesaria
Brandy, al gusto

Preparación:

Las verduras se cuecen en su jugo con muy poca agua y se escurren.

La carne se cuece en su jugo con muy poca agua y se escurre.

Se muelen los chiles, ajo, mejorana, tomillo y jitomate en pulque o en poca cantidad de agua.

Se coloca la carne en un recipiente, junto con las verduras y lo que se molió; se agrega la cebolla, aceitunas y xoconostles.

Luego se pone encima, primero el pulque, después la cerveza y por último el brandy, hasta que todo el guiso quede bien sazonado.



SOPA TARASCA

Ingredientes:

12 tortillas

200 grs. De manteca

5 huevos

300 grs. De jitomate

2 cebollas regulares

1 diente de ajo

2 lts. De caldo

¼ kg. De queso cotija

1 chile negro

1 chile ancho

1 chile guajillo

Preparación:

Cortar las tortillas en tiras y se fríen en la manteca.

Batir los huevos, tanto la yema con la clara; se incorporan las tiras de tortilla, cuidando que queden bien envueltas.

Moler los jitomates, una cebolla y el ajo; vaciar esta mezcla en las tortillas envueltas en huevo batido.

Dejar hervir y poner luego el caldo y sal al gusto.

Al la hora de servirse se le agrega cebolla picada, queso rallado y polvo de orégano.

Dorar los chiles ancho, negro y guajillo; se cortan en trocitos para que se agreguen a la sopa.



ATAPAKÚA DE CARNE DE RES



Ingredientes:

- 1 kg. De carne de res para cocer
- ¼ de kilo de maíz seneri o granos de elote sazón
- 5 chiles guajillos
- ½ cebolla
- 2 dientes de ajo
- 5 ramitas de cilantro
- 6 hojas de hierbabuena
- 4 tomates
- 3 litros de agua
- sal al gusto

Preparación:

En una olla se pone el agua a fuego con media cebolla y un poco de sal, cuando comienza a hervir se le agrega la carne limpia. Una vez cocida la carne se le pone el maíz molido, disuelto en agua y colado; cuando esté espesando se le agregan los chiles desvenados, la cebolla, la hierbabuena y los ajos, todo lo anterior molido y colado; minutos después de que empezó a hervir se le pone el cilantro y la sal.



ATAPAKÚA DE NOPALES

Ingredientes:

2 kg. De nopales
1 cebolla mediana
5 chiles rojos anchos
2 pimientos
3 pimientas
4 clavos
2 jitomates
80 grs. De manteca
80 grs. De harina
sal al gusto

Preparación:

A los nopales se les quitan las espinas, se cortan en cuadritos o en tiritas y se ponen a cocer con media cebolla y un poco de sal.

Se muelen en el metate las especias, los chiles rojos, la media cebolla restante y los jitomates. La harina disuelta en agua y la salsa molida se cuelan.

Cocidos los nopales, se escurren y fríen en una cazuela; después se añade la mezcla y se le agrega la sal cuando empieza a hervir.



MORISQUETA



Ingredientes:

- 1 kg. De arroz
- 2 litros de aguas
- 2 dientes grandes de ajo
- 1 cebolla
- 1 kg. De jitomates
- 250 grs. De crema espesa
- ¼ de frijol
- sal a gusto

Preparación:

El arroz se limpia y se lava bien, se pone a cocer con el agua, un diente de ajo, un trozo de cebolla y sal en una vaporera a fuego bajo hasta que se consuma el agua. Los jitomates se ponen a hervir para hacer la salsa y se licuan con ajo, cebolla y chile si se quiere picante. Los frijoles se ponen a hervir de la manera tradicional, y ya cocidos se licuan y se sazonan. El arroz se sirve en el plato y encima se le agregan los frijoles molidos, la salsa, la crema y el queso.



ENCHILADAS PLACERAS



Ingredientes:

Tortillas frías

200 gr. De chile guajillo

1 cebolla grande

1 kg. De jitomate

2 papas grandes

4 zanahorias

1 col pequeña

1 diente de ajo

hojas de lechuga

vinagre al gusto

orégano al gusto

sal al gusto

queso seco rallado

Preparación:

El chile guajillo se desvena y se lava, se pone a remojar en agua caliente o a hervir para que este más rápido, ya que este suave se licua con muy poco agua, para que quede una especie de salsa espesa, en esa salsa se remojan las tortillas, éstas deben estar frías ya que



Apéndice D

recién hechas se romperían, y se fríen en aceite, se envuelven como si fueran taquitos o a la mitad, en medio se pone una mezcla de cebolla picada con un poco de orégano y vinagre.

Los jitomates se ponen a hervir y se licuan con cebolla, ajo y picante si se desea, para hacer la salsa. Las papas y las zanahorias se hierven con agua, y se fríen en el aceite que fríen las tortillas.

Las enchiladas se sirven en un plato ancho, encima se pone la col rallada, salsa, el queso rayado, se adorna el plato con lechuga, rebanadas de jitomate, las papas y las zanahorias.

Para acompañar a este platillo se le puede agregar un pedazo de cecina, adobera o una pieza de pollo.