

RECETAS DEL TALLER DE COCINA DE MÉXICO

Guacamole

Ingredientes: 10 aguacates, 5 tomates, 3 cebollas rojas, 10 limas, tabasco, cilantro.
Para acompañar unos nachos.

Preparación:

Comenzamos picando los tomates en dados muy pequeños. Limpiamos las cebollas y las picamos también en dados muy pequeños.

Abrimos los aguacates y la carne la machacamos con un tenedor. Añadimos el zumo de las limas, el tomate troceado, los dados de cebolla, el cilantro picado y tabasco al gusto. Mezclamos bien y acompañamos de los nachos.

Burritos mexicanos con carne picada

Ingredientes: 2 cucharas soperas de aceite, 150 gr de cebolla blanca, 2 pimientos verdes, 2 pimientos rojos, ½ kg de carne picada, 2 gr de sal, 3 pizcas de pimienta molida, 300 gr de queso para fundir, ½ docena de tortillas de harina, 80 gr de frijoles refritos o pasta de frijoles.

Preparación:

Para la base de nuestros burritos mexicanos de carne picada necesitas picar la cebolla y los pimientos en cuadros pequeños para tener una cocción más rápida y uniforme.

Calienta el aceite en una sartén, agrega la cebolla blanca y mueve hasta que se ponga transparente. Una vez lista la cebolla, agrega los pimientos y continúa la cocción por unos 5 minutos más. Pasados los 5 minutos, agrega la carne picada, deja cocer en su totalidad y sazona con sal y pimienta. Reserva.

Para armar nuestros burritos mexicanos de carne picada pon a calentar una tortilla de harina, pon un poco de frijoles refritos sobre la tortilla y en seguida un poco del relleno de carne junto con el queso para fundir. Dobla 3 orillas de la tortilla de harina hacia el centro. Después envuelve hasta formar un rollo y procura cerrarlo bien apretado para que nada se salga. Ahora sólo corta por la mitad y sirve este delicioso burrito mexicano acompañado de una ensalada verde o de un buen guacamole.

Pemoles

Ingredientes: 1 Kilo de harina de maíz, ½ Kilo de manteca de cerdo, 2 tazas de azúcar (o piloncillo), 1 cucharadita de sal, 3 yemas de huevo, Leche la indispensable, Canela molida

Preparación:

Vamos a comenzar dorando la harina en una sartén grande, lo tenemos que hacer en partes, que tome un color dorado ligero. Déjala enfriar.

El siguiente paso es batir con el azúcar y sal y canela, añade las yemas una aun batiendo después de cada adición. Añade la harina y revuelve hasta formar una masa poniéndole leche, la necesaria. Amasa y deja reposar la masa en el refrigerador por 30 minutos.

Esta es la parte más difícil formar los pemoles, lo debes hacer formando rollitos y las rosquillas deben medir como de 6 cm de diámetro y las aplanas un poco con el dedo pulgar e índice. Colócalos sobre fuentes de horno engrasadas para hornear galletas. Mételas al horno a 175° por unos 15 minutos cuidando que no doren demasiado.