

# Recetario RTV

Radio • Televisión de Veracruz



Chef  
Pepe Ochoa



Paquetes  
para  
Eventos



# Buffet de Mariscos Sabados & Domingos

 Quinta Pico de Gallo

Reservaciones al  
tel. 2 01 50 32

50% de descuento menores de 12 años. Area de juegos infantiles. Estacionamiento gratuito

Santos Degollado # 81 Centro



La Rosa  
Mexicana<sup>mx</sup>

Taquería



**PLAZA 20**

Av. 20 de Noviembre # 372

XALAPA

8:00am / 12:00am

LUNES / DOMINGO



 @Larosamexicanaxalapa

 @Larosamexicanataqueria

T. (228) 8 41 29 22



# Editorial

Para los amantes de la cocina, para quienes aprecian en un potaje la historia e hibridación de nuestra cultura, y para aquellas y aquellos que atesoran las recetas y su transformación a la luz de la inventiva y el sincretismo, RadioTelevisión de Veracruz tiene el enorme orgullo de presentar este recetario, producto de una cocción de 10 años a fuego manso y bajo la mirada magistral de Pepe Ochoa y de quienes han hecho posible este programa desde el aspecto técnico, documental y humano.

De esta manera, Con Sabor jarocho, aporta a la cultura culinaria del sureste un testimonio gráfico que se convertirá en “receta obligada” para quienes deseen meterse hasta la cocina de nuestros referentes y antecedentes, en otras palabras, para aquellos que quieran tener el gusto de conocernos.

Con más de 600 programas al aire, esta edición nos hace comprobar que, aún para un concepto literalmente probado y comprobado, siempre hay nuevos desafíos que lo plantean como vigoroso y vigente.

Enhorabuena por el gran equipo que ha hecho posible este objetivo, un agradecimiento sincero a quienes se suman a nuestra sinergia y lo respaldan desde los patrocinios, y por supuesto, el mayor de los agradecimientos a la teleaudiencia de RTV, que a través de los años ha hecho de este programa uno de los consentidos, no solo en Veracruz, sino en otros estados de la república con quienes lo compartimos.

Disfruten y pongan manos a la obra con cada una de estas recetas, que en el fondo llevan los mismos ingredientes que el programa, el cual nos ha demostrado que si hubiese una receta para el éxito esta tendría que llevar:

- Una cucharada sopera de empatía
- Conocimiento a granel
- Rayadura de inventiva
- Una pizca de historia
- Cultura culinaria al gusto

Y claro, el delicioso proceso de marinarlo con buena charla y el maridaje de la constancia.

Felicidades y que vengan 10 años más de ponerle sazón a la televisión de Veracruz.



**Raúl Martínez Chávez**

DIRECTOR GENERAL



*Un prestigio al gusto más exigente*



**Panificadora la Providencia**  
**Martires 28 de Agostos #907**  
**Col. Francisco Ferrer Guardia C.P. 91020**  
**8-14-33-83**  
**Horario: 7:00 a.m. a 9:00 p.m.**  
**f Panificadoralaprovidencia**

## Introducción

**P**ara toda aquella persona que ha visto, a lo largo de 10 años, el programa **Con Sabor Jarocho**, el dilema es y será permanente...

¿cómo paladear la sabrosa conversación de Pepe Ochoa, sin dejar de apuntar los detalles de los ingredientes o del procedimiento de tantas recetas de los platillos que nos ha compartido?

Por eso este recetario es oportuno y pertinente, porque recoge cada consejo preparado a fuego lento. Todo con la buena mano de Pepe y el conocimiento que él ha recuperado a través de una vida conviviendo en nutricias charlas con cocineras regionales, chefs internacionales y por supuesto los comensales.

Bienvenidos sean entonces a un viaje por la maravilla del sabor que nos define, por los tesoros gustativos que nos son propios como veracruzanos y también por la interpretación que le damos a los guisos y las herencias de otros lugares y otros tiempos...

Prepárense para conocer, probar y comprobar... que en un cocktail pueden caber lo mismo un camarón que una zanahoria, que sería una grosería no conocer el sabor de una buena tostada alvaradeña... o por ejemplo, que se puede uno picar -sin enchilarse- con unos xalapeños en frío.

Y ¿cómo no entrarle a las sopas? si de La Sopa viene nuestro anfitrión... por eso el poro, la papa, la crema de calabaza de Castilla... y la jaiba que no se queda a la orilla a la hora del chilpachole.

Puras habas que dejemos fuera el mole, pues ni de cazuela podría olvidárenos: por eso el pollo viene en este recetario en varias de sus presentaciones y así deja huella, mancha los manteles, huele fuerte y apetitoso entre el queso Roquefort, los ajos y el jerez. ¿La res?, también llega... deshebrada en ropa vieja, hecha un tajo en mole verde o en albóndigas esféricas, casi omnipresente, lo mismo entre manzanas que colmando berenjenas o en medio de una salsa.

Por eso este recetario es una joya, porque no deja nada a la memoria ni al frágil andamiaje del recuerdo, porque en él queda asentada la minuciosa manera en que los ejotes, el tomate de cáscara, los chipotles o los pimientos deberán caer en cascada sobre la jugosa carne del cerdo.

Así que si usted tiene en sus manos este mar de conocimientos, no deje pasar la ocasión de preparar, como Pepe lo haría, un huachinango a la veracruzana o un pescado con piña al tequila. Llene la cazuela de mariscos, pásesela a todo dar y si se va a enchilar... que sea mejor con unos camarones enchipotlados o bien sea con unas Jaibas en salsa de chile serrano.

Y para que antes de terminarlo se quede con buen sabor de boca, siga el olor de la guayaba hasta llegar a nuestros postres y tome en cuenta a diario en su mesa, que este más que ser un recetario, es un amoroso diario de sabores, una carta detallada de cariño a los olores, a los colores y a todo eso que en México y en el mundo nos define a los veracruzanos como un pueblo ¡con saboooooor...! con **sabor jarocho**.

Isela Pacheco



# Instituto de Alta Repostería de Xalapa



El Instituto de Alta de Repostería de Xalapa es una institución que cuenta ya, con 15 años de servicio; enfocados en generar profesionales en el ramo de la repostería, aunado al profundo respeto de los valores morales y éticos, creando líderes profesionales de alto nivel competitivo con habilidades técnicas y especializadas, orientadas a la priorización de la calidad del producto. Ser una institución de vanguardia y líder en capacitación y formación de profesionales reposteros, reconocida por la impartición de clases de alta calidad, con la firme convicción de enaltecer la repostería, brindando al alumnado bases sólidas y estructuradas en la industria culinaria.

Somos una institución que respeta la individualidad de cada estudiante, que tiene política de puertas abiertas, con el fin de mantener la igualdad y generar una buena interacción entre los alumnos y docentes, la atención personalizada y la disciplina, son nuestra principal preocupación para brindar una educación de alta calidad.

Es por ello que en el Instituto de Alta Repostería de Xalapa es prioridad ofrecer cursos de calidad y a precios accesibles, diseñados con base a un conocimiento de las diferentes disciplinas de la gastronomía, Recetas y procedimientos simplificados son explicados en detalle para un fácil entendimiento, aún para personas con nula experiencia en la cocina, repostería o panadería; un conocimiento accesible a todas aquellas personas que aman estas disciplinas como lo hacen en el Instituto de Alta Repostería de Xalapa.

**MANUEL DE BOZA NO. 17  
COLONIA DEL MAESTRO,  
XALAPA, VER. C.P. 91030**

**Cel: 228-185-1119  
Tel: 228-814-8860**



# Índice

## Entradas y Ensaladas

Ceviche de Pescado y Ceviche de Champiñones	10 y 11
Cóctel de Camarón y Cóctel de Zanahoria	12
Xalapeños en Frío	14
Tostada Alvaradeña	18
Camarones para Pelar	22



## Sopas

Sopa Etzale	25
Chilpachole de Jaiba y Camarón	26
Sopa de Habas con Nopales	28
Crema de Calabaza de Castilla	30
Sopa de Poro y Papa	32

## Pollo

Pollo al Jerez con Ajos	35
Barbacoa	36
Manchamanteles	38
Pechugas con Tocino y Salsa Roquefort	40
Mole Coloradito	42



## Pes

Ropa Vieja	45
Mole Verde	46
Albóndigas al Curry con Manzana	48
Berenjenas Rellenas	50
Filete en Salsa Duxelles	52

## Pescados y Mariscos

Jaibas en Salsa de Chile Serrano	65
Huachinango a la Veracruzana	66
Pescado con Piña al Tequila	68
Pescado y Mariscos a la Cazuela	70
Camarones Enchipotlados	72

## Cerdo

Cerdo con Papas y Ejote	55
Costilla en Salsa de Tomate de Cáscara	56
Albondigón a la Xalapeña	58
Chiles Poblanos Rellenos Gratinados	60
Estofado con Pimientos	62

## Postres

Ajonjolitorias	75
Dulce de Calabaza en Tacha	76
Guayabas en Almíbar con Ron y Limón	78
Dulce de Camote con Piña	79
Tamalitos "Cabeza de Perro"	80



# Entradas y Ensaladas



# Ceviche de Pescado

## Ingredientes



500 gramos de pescado cortado en cubos	¼ taza de aceite de oliva
½ cebolla cortada en cubos	2 cucharadas de vinagre
2 jitomates guajillos cortados en cubos	3 limones (jugo)
3 cucharadas de cilantro finamente picado	Sal y pimienta al gusto
2 chiles serranos	



4 porciones



30 minutos



Bajo

## Preparación

Macerar, por varias horas, el pescado con el jugo de los limones.

En un tazón se mezclan la cebolla, los jitomates guajillos, el cilantro, los chiles y se incorpora el pescado.

Agregar el aceite de oliva, el vinagre, la sal y la pimienta.

Se mezclan todos los ingredientes.



**Sugerencia:** Acompañar con galletas saladas o totopos

# Ceviche de Champiñones



## Ingredientes

300 gramos de champiñones fileteados  
1 diente de ajo finamente picado  
½ cebolla morada cortada en cubos  
2 cucharadas de cilantro picado  
2 cucharadas de aceite de oliva



1 chile serrano picado  
3 limones (jugo)  
Sal y pimienta al gusto



4 porciones



30 minutos



Bajo

## Preparación

Mezclar los champiñones con el ajo, cebolla y cilantro finamente picados.

Después se añaden el jugo de los limones, el aceite de oliva, la sal y la pimienta.



**Sugerencia:** Acompañar con galletas saladas o totopos

# Salsa para Cóctel de Zanahoria ó Camarón

## Ingredientes

- 400 gr Camarón pacotilla
- 400 gr. Pulpo cocido
- 1 Cebolla mediana
- 1 Manojó de cilantro fresco, lavado y desinfectado
- 1 Aguacate mediano
- 2 Limones (jugo)
- 1 Taza de puré de tomate
- ½ Taza de salsa cátsup
- ½ Taza de jugo de naranja
- Chile habanero o xalapeño picado finamente
- Aceite de oliva
- Sal al gusto
- Galletas de soda ó saladas
- 4 Zanahorias lavadas y peladas



**4 porciones**



**30 minutos**



**Bajo**

**Sugerencia:** Se puede acompañar con galletas saladas

# Entradas y Ensaladas

## Preparación

Rallar la zanahoria, cortar en cubos el aguacate, picar finamente la cebolla, el cilantro y el pulpo.

Para la salsa, integrar en un recipiente el puré de tomate y la salsa catsup. Mezclar y luego agregar la pimienta, el jugo de naranja y limón.

Aparte, colocar la zanahoria rallada en una copa coctelera, después incorporar la salsa preparada, aguacate, cebolla, cilantro, chile al gusto y un chorrito de aceite de oliva. Para el coctel de camarón y pulpo se hará de la misma manera, mezclar los mariscos previamente cocidos y cortados en cubos con las verduras picadas y la salsa preparada.

Buen provecho!!!



# Xalapeños en frío

Como los hacía mi mamá  
en Tierra Blanca,  
Veracruz

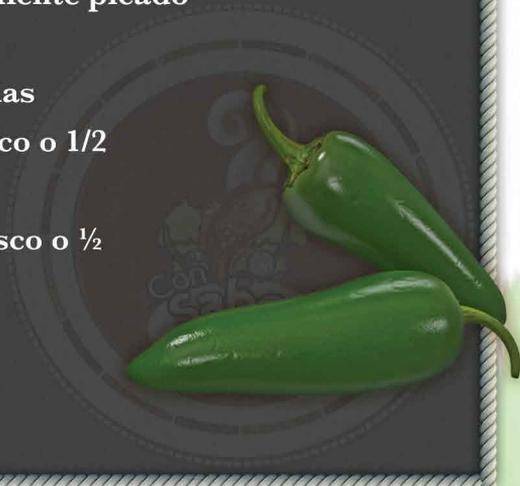
## Ingredientes



- 16 chiles xalapeños frescos
- ½ kilo de sal, para desfleamar los chiles

## Relleno

- 3 o 4 latas de atún en agua o ½ k de pescado hervido y desmenuzado (ver receta de la tostada alvaradeña)
- ½ cebolla finamente picada
- 5 hojas de laurel
- 2 dientes de ajo finamente picado
- ½ kilo de jitomate sin piel, picado y sin semillas
- 1 manojo pequeño de perejil finamente picado
- 10 aceitunas picadas
- 1 cucharadita de alcaparras picadas
- 1 manojo pequeño de tomillo fresco o 1/2 cucharadita de tomillo en polvo
- 1 manojo pequeño de orégano fresco o ½ cucharadita de orégano en polvo
- 1 pizca de pimienta negra molida
- 1 cucharadita de sal
- 4 cucharadas de aceite de oliva



## Ingredientes



### Escabeche

- 2 cebollas medianas rebanadas
- 6 dientes de ajo enteros
- 1 zanahoria finamente rebanada
- 10 hojas de laurel
- 1 manojo pequeño de tomillo fresco o 1 cucharadita de tomillo en polvo
- 1 manojo pequeño de orégano fresco o 1 cucharadita de orégano en polvo
- 10 pimientos gordas enteras
- ½ taza de vinagre de manzana
- ½ taza de aceite de oliva
- Sal al gusto



4 porciones



60 minutos



Alto

**Sugerencia:** Acompañar con arroz rojo y tortillas calientitas

## Preparación

Abrir los chiles en forma de T con la ayuda de un cuchillo mondador y, procurando no desprender la tapa del chile ni su rabo, se limpian de venas y semillas.

Después se lavan con abundante agua y se escurren.

En un recipiente con agua limpia se agrega un puño de sal y se dejan reposar los chiles por 6 horas.

Pasado este tiempo se debe cambiar el agua, agregándole sal de nuevo. Este procedimiento se repite 3 o 4 veces.

Aparte, en una olla al fuego se pone agua con sal y se incorporan las yerbas de olor, la cebolla y el ajo, dejando que hiervan hasta que suelten su sabor.

Se retiran del líquido los ingredientes y, sin apagar el fuego, se colocan los chiles por 2 minutos para blanquearlos.

Pasado ese tiempo se retiran los chiles y se meten en agua fría para detener su cocción.

Para finalizar se dejan escurrir.



## Relleno

Se calienta el aceite de oliva en una cacerola a fuego medio y se agregan la cebolla y las hojas de laurel, cocinándolas sin dejar de mover, hasta acitronar.

En seguida se añade el ajo, moviendo constantemente durante uno o dos minutos para incorporar después el jitomate picado.

Al comenzar el hervor, bajar el fuego un poco para hervir suavemente.

En este punto se incorpora el perejil, integrándolo bien; después las aceitunas y las alcaparras picadas, también se añaden tomillo, orégano, pimienta y sal.

Por último, agregar el atún escurrido o el pescado desmenuzado y, sin dejar de mover, cocinar hasta que el líquido se evapore.

Se deja enfriar y se rellenan los chiles.

## Escabeche

En una cacerola, se calienta la media taza de aceite de oliva a fuego medio. Se agrega la cebolla en rodajas, los ajos enteros sin piel y se acitronan.

Se incorporan la zanahoria cortada en rodajas finas, las yerbas aromáticas, las pimientos gordas, la sal y el vinagre.

Se cocina a fuego bajo por 10 minutos y se deja enfriar.

Se acomodan los chiles rellenos en un platón y se bañan con este escabeche.

Si desea, pueden refrigerarse para servirlos al día siguiente, seguro estarán más sabrosos.

# Tostada Alvaradeña

## Ingredientes



- 600 gr. de pescado (sierra, jurel o robalo o algún pescado blanco)
- ó 6 latas de atún en agua, escurridas
- ½ cebolla finamente picada
- 3 hojas de laurel
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 600 gr. de jitomate picados, sin piel y sin semillas.
- 3 cucharadas de perejil finamente picado
- 1 pizca de azúcar
- ¼ de taza de aceitunas picadas
- 1 cucharada de alcaparras picadas
- 1 manojito de tomillo y orégano frescos (ó ½ cucharadita de tomillo y ½ de orégano, secos)
- 1 pizca de pimienta negra
- sal al gusto
- un chorrito de vino blanco (opcional)
- 8 tostadas
- ó 4 si son grandes.

continúa página siguiente...

## Ingredientes



- ½ taza de frijoles guisados fríos (opcional)
- 2 cucharadas de mayonesa
- 2 tazas de lechuga lavada, desinfectada, seca y finamente fileteada
- Rebanadas delgadas de jitomate
- 4 cucharadas de queso fresco para desmoronar
- Rebanadas de aguacate (opcional)
- Chiles xalapeños en vinagre (opcional)



**4 porciones**



**50 minutos**



**Media**

**Sugerencia:** Horchata de arroz o de coco, agua de Jamaica, agua de tamarindo o una cerveza bien fría, son las bebidas para acompañar esta delicia veracruzana

## Preparación

Cocinar el pescado en agua con sal. Una vez listo, desmenuzar y retirar piel y espinas. Reservar.

Calentar el aceite para cocinar la cebolla con las hojas de laurel y acitronar. Después, agregar el ajo sin dejar de mover, para en seguida incorporar el jitomate. Dejar cocinar a fuego suave para que tome la consistencia similar a una jalea (10 minutos más o menos). Para la acidez del jitomate añadir una pizca de azúcar, mezclar bien y después integrar perejil, aceitunas, alcaparras, tomillo, orégano, pimienta negra y sal.

Cocinar a que se integren bien todos los ingredientes.

Por último, añadir el chorrito de vino blanco, mezclando energicamente para que se evapore el alcohol del vino.

Checar sazón y enfriar.



## Preparación de la tostada

Untar de frijoles la tostada, cuidando que no se rompa la tortilla.

Agregar un poco de lechuga y sobre ésta el pescado guisado.

Si se quiere, sobre el pescado guisado poner una rebanada de jitomate, cebolla fileteada, queso desboronado, una rebanada de aguacate y chiles en vinagre.

La otra opción es untar la tostada con mayonesa, luego el guiso de pescado, medias lunas de aguacate y chiles en vinagre.



# Camarones para pelar

## Ingredientes

20 camarones grandes  
5 ó 6 cucharadas de sal de mar  
ajo, cebolla y pimienta  
3 litros de agua  
Agua fría con hielos



**4 porciones**



**30 minutos**



**Bajo**



**Sugerencia:** Acompañar con galletas saladas o totopos

## Preparación

Con la ayuda de un cuchillo filoso abrir el lomo de cada uno de los camarones para retirarles el cordón negro (intestino), después lavarlos y reservar.

En una olla poner a hervir agua con sal, cebolla, ajo y pimienta para que los ingredientes suelten su sabor. Después, con la ayuda de una espumadera, retirar los ingredientes del agua.

Inmediatamente agregar los camarones y dejar hervir de 3 a 5 minutos, según el tamaño.

Después, con la espumadera sacar los camarones del agua para incorporarlos al agua helada y detener la cocción.

Cuando estén fríos, retirar del agua, escurrir y servir.

Se sugiere acompañar con salsa, mayonesa o simplemente con limón y sal.

**Nota:** si no se sirven inmediatamente, debemos enfriar el agua de la cocción para incorporarle los camarones fríos y refrigerar. De ésta forma, al servirlos tendremos unos camarones frescos y jugosos.

**Tip:** No tires el agua de la cocción de los camarones. Se puede utilizar para elaborar un consomé ó una sopa de mariscos. También puede ser el líquido para cocinar un arroz o hacer una reducción y elaborar una salsa para bañar pescados y mariscos.



# Sopas



# Sopa Etzale

## Ingredientes

4 elotes

300 gr de tomatillos

1 rama de epazote

Chiles verdes al gusto

5 tazas de agua

Aceite para freír

Tortillas o totopos fritos

Sal al gusto



4 porciones



30 minutos



Fácil

## Preparación

Se desgranan los elotes y se ponen en agua hirviendo, se vierten los tomatillos previamente cocidos, el epazote y un poco de sal, el resto de los elotes se corta en rebanadas delgadas, se le agrega chile y se deja cocer.



**Sugerencia:** Acompañar con agua de frutas de temporada

# Chilpachole de Jaiba y Camarón

## Ingredientes

- 4 jaibas crudas
- 200 gr. de pulpa de jaiba
- 250 gr. de camarones
- 800 gr. de jitomates maduros
- 1 cebolla mediana
- 3 dientes de ajo
- 5 chiles guajillos
- 1 chile xalapeño
- 1 raja de canela
- 8 pimientas negras
- 1 Pizca de comino
- 50 gr. de masa de maíz
- 1 rama de epazote
- 1 hoja de acuyo
- ¼ taza de aceite
- 3 litros de agua hirviendo y Sal al gusto



**4 porciones**



**40 minutos**



**Fácil**

**Sugerencia:** Acompañar con tortillas calientitas y arroz rojo

## Preparación

La jaiba se parte y se lava al igual que los camarones. La pulpa se limpia perfectamente y se reserva.

Asar los jitomates, cebolla, canela, pimienta y los chiles. Después moler todos los ingredientes y colar. Calentar el aceite y freír la salsa hasta que se sazone. Luego añadir la jaiba y camarón, cocinar de cinco a diez minutos y poco a poco agregar el agua hirviendo, checar de sal. Diluir la masa de maíz en agua o vino blanco, y agregar al caldo, después el epazote y el chile verde; si desea pueden hacerse bolitas de masa y añadirlas al caldo.

Finalmente checar de nuevo la sazón y servir.



# Sopa de Habas con Nopales

## Ingredientes

300 gr. de habas secas  
2 Cebollas medianas  
4 Dientes de ajo  
3 Jitomates sin piel ni semillas  
4 Nopales medianos  
1 Cucharada de bicarbonato  
1 Manojito de cilantro  
6 Hojas de hierbabuena  
Orégano (opcional)  
Caldo de pollo  
Aceite de oliva  
Chile pasilla frito en trozos  
Sal al gusto



**4 porciones**



**1 Hora**



**Fácil**

**Sugerencia:** Acompañar con rebanadas de pan frito



## Preparación

Remojar las habas desde el día anterior.

Al día siguiente hervirlas en agua con cebolla y ajos, hasta que las habas puedan desbaratarse (aproximadamente una hora en olla normal o 30 min. en la olla de presión). Retirar cebolla y ajos y machacar un poco las habas. Picar en cuadritos los nopales y cocinarlos en agua con una cucharada de bicarbonato por 15 minutos. Pasado ese tiempo, escurrirlos y reservar.

En una cacerola, freír cebolla picada, luego agregar ajos también picados, al acitronar la cebolla, añadir el jitomate picado en cuadritos y continuar friendo. Después integrar las habas machacadas, los nopales y el caldo de pollo. Dejar hervir por 10 minutos y antes de retirar del fuego agregar el cilantro y las hojas de hierbabuena finamente picados.

Por último, pasar por aceite bien caliente el chile pasilla a que dore, cuidando que no se queme. Para servir, adornar con el chile frito la sopa y bañar con un chorrito de aceite de oliva.

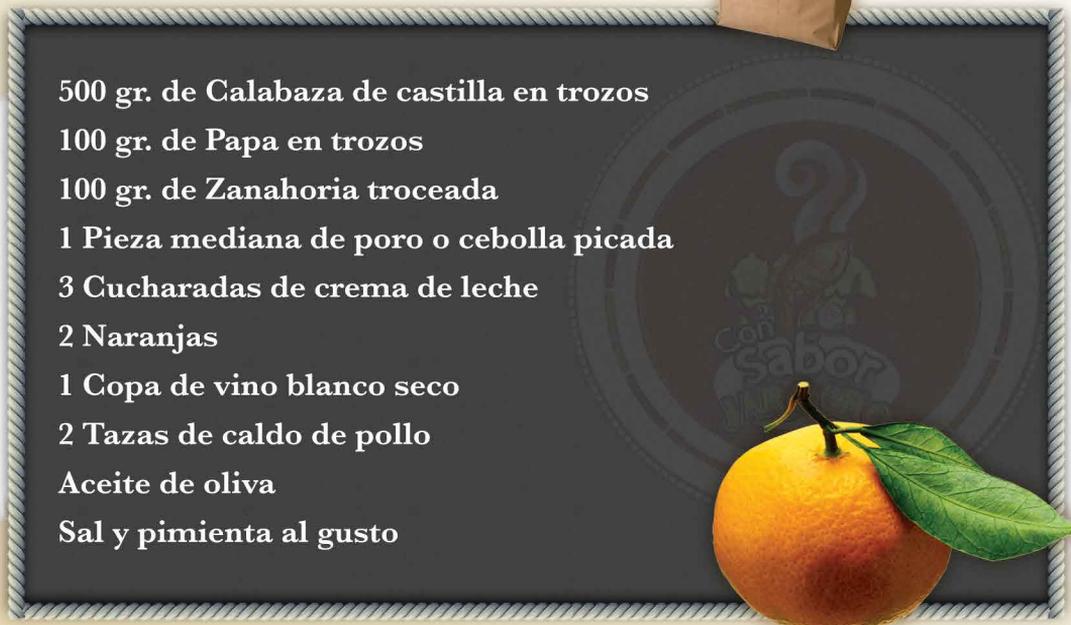




# Crema de Calabaza de Castilla con Naranja y Vino Blanco



## Ingredientes



500 gr. de Calabaza de castilla en trozos  
100 gr. de Papa en trozos  
100 gr. de Zanahoria troceada  
1 Pieza mediana de poro o cebolla picada  
3 Cucharadas de crema de leche  
2 Naranjas  
1 Copa de vino blanco seco  
2 Tazas de caldo de pollo  
Aceite de oliva  
Sal y pimienta al gusto



**4 porciones**

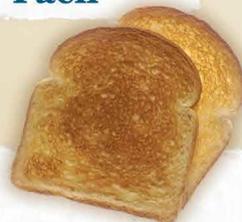


**30 minutos**



**Fácil**

**Sugerencia:** Acompañar con pan blanco  
tostado y calientito



## Preparación

Calentar en una cacerola el aceite, freír el poro o cebolla junto con la zanahoria y rehogar bien. Cuando estén blandos, agregar la papa y la calabaza, salpimentar y cocinar todo a que se frían bien.

Después, añadir el caldo de pollo y dejar hervir hasta que se sazone todo.

Cuando todo esté bien guisado, licuar hasta quedar sin grumos. Regresar al fuego la mezcla y agregar el jugo de naranja, el vino blanco y la crema.

Mover constantemente para que no se pegue, checar de sal y servir.



QUESOS

**La Joya**

• LIZ •

# Sopa de Poro y Papa

## Ingredientes



Aceite para freír

1 poro de 500 o 600 gramos, cortado en rebanadas

400 gramos de papa, cortada en cubos

1 litro de caldo de pollo cocinado con ajo,  
perejil, cebolla y pimienta

Sal al gusto



**4 porciones**



**30 minutos**



**Fácil**

**Sugerencia:** Acompañar con agua de frutas de temporada



# Sopas

QUESOS

**La Joya**

• LIZ •

## Preparación

Calentar el aceite a fuego medio y cocinar el poro de 8 a 10 minutos sin dejar de mover, hasta que se ablande.

Después se agregan las papas y se cocinan mezclando para que las papas queden selladas. Añadir caldo de pollo hirviendo y dejarlo cocinando a fuego lento por 10 minutos o hasta que las papas estén cocinadas.

De ser necesario se agrega sal para servir poner los trocitos de queso **La Joya Liz** tipo Panela, de Hebra o Gouda para hacer de su platillo tradicional, algo delicioso y diferente.



QUESOS  
**La Joya**  
• LIZ •

QUESOS LA JOYA LIZ  
Carretera Nacional Perote – Xalapa No. 15  
La Joya, Veracruz  
Tel. (228) 811.41.67  
[www.quesoslajoya.com](http://www.quesoslajoya.com)



Queso fresco, asadero, botanero, panela, añejo, hebra, manchego, port salut, provolone, gouda, parmesano, cotija, yogurth, crema, nata, arroz con leche, pan de nata, pays, galletas, empanadas, flan, gelatinas.



# LA ORIZABEÑA

*Diseño y Decoración Floral*

☎ (228) 8 43 38 71 y 8 40 13 81

📍 FLORERÍA LA ORIZABEÑA



### Sucursal Xico

Hidalgo No 192 Col. Centro, Xico, Ver  
(228) 813 - 02 - 23

### Sucursal Zamora

Zamora 20, Centro, Coatepec, Ver  
8160297

### Sucursal Juárez

Juárez Esq. Hidalgo, Centro, Coatepec, Ver  
8160297

### Sucursal Plaza Trinidad

Plaza Trinidad Local 5. (A un costado de Bodega Aurrerá, Coatepec, Ver)  
Carretera Coatepec-Xico.

### Sucursal Xalapeños

Xalapeños ilustres 142 Centro, Xalapa, Ver.

### Sucursal 20 de Noviembre

Av. 20 de Noviembre Oriente 438, Col. Tatahuicapan, Xalapa, Ver.



*Vanguardia & Calidad*

AV. XALAPA #334 ENTRE  
CHILPANCINGO Y TOLUCA

☎ 8 14 42 51



BODAS



XV AÑOS



BAUTIZOS



Y TODO TIPO  
DE EVENTOS SOCIALES



de todo, para todos

FRANCISCO I. MADERO # 112  
CASI ESQ. CON POETA JESÚS DÍAZ

☎ 3 52 79 52

TODO TIPO DE SOUVENIRS Y ARTÍCULOS  
PARA AMENIZAR FIESTAS



**ICUAM**  
INSTITUTO CULINARIO AMÉRICAS

Av. Américas #313  
Col. Laureles Xalapa-Enríquez  
Mayores Informes  
(228) 252 87 29

📍 ICUAM

# Almanza

EVENTOS

JORGE SERDÁN SUR #86 COL. EL MIRADOR

C.P. 91170 TEL. 890 02 28

EMAIL: BANQUETESALMANZA@HOTMAIL.COM

FACEBOOK: EVENTOS ALMANZA



Números de contratación: 2282823260 y 2281226333

 akino piñatas



**CARRERA FEDERAL 180 KM 80.5  
TRAMO POZA RICA - NAUTLA  
COSTA ESMERALDA - TECOLUTLA VERACRUZ  
C-P 93585**

 (232) 321 00 45  
(232) 321 00 55

 [WWW.HOTELTORREMOLINO.COM](http://WWW.HOTELTORREMOLINO.COM)



## GRUPO TERRANOVA

ORGANIZACIÓN DE EVENTOS TALES COMO:

BODAS, XV AÑOS, GRADUACIONES, BAUTIZOS,  
PRIMERA COMUNIÓN, CUMPLEAÑOS, CONGRESOS  
REUNIONES DE TRABAJO, PASARELAS.

Dirección: Av. Miguel Alemán #203  
Esq. Lázaro Cárdenas (junto al Cbtis 13)  
Col. Ferrocarrilera CP: 91140 Xalapa, Enríquez

 Grupo Terranova

 CONTRATACIONES: (288) 8 42 64 75

agua  
**bibe**  
manantial de montaña PH 7+

Coyoacan # 5 colonia Encinal,  
Xalapa, Ver.

☎ [288] 8 14 77 18

🌐 [www.aguabibe.com](http://www.aguabibe.com)

📌 Agua BIBE

con Nosotros  
la Calidad si importa

**Andromeda**  
**PUBLICIDAD**

- ▶ ANDROMEDA PUBLICIDAD
- ▶ MANUEL MARIA CONTRERAS 200 | RAFAEL LUCIO
- ▶ TEL. (228) 202 49 31
- ▶ [andromeda1xalapa@hotmail.com](mailto:andromeda1xalapa@hotmail.com)



 **crediland**<sup>®</sup>

**REQUISITOS** ● Identificación Oficial  
● Comprobante de ingresos y domicilio  
para obtener tu crédito

 **Rápido y sencillo**

Y si tienes Tarjeta de Crédito Bancaria la autorización es INMEDIATA  
\* Presentar identificación oficial

Muebles | Línea Blanca | Electrónica | Colchones | Electrodomésticos



Chiquilladas show tiene servicio de:

- Cazuelas
- Chiqui feria
- Pinta caritas
- Personajes
- Salón de fiestas

☎ 22 81 62 00 16

📌 Chiquilladas show





**Caja Yanga** MR  
TU AHORRO SEGURO

[www.cajayanga.coop](http://www.cajayanga.coop)

# Pollo



# Pollo al Jerez Con Ajos y Pimiento Morrón



## Ingredientes

4 Piezas de pollo

5 Dientes de ajo fileteados

5 Chiles de árbol

1 Pimiento morrón fileteado

1 Vasito de vino jerez

Aceite de oliva

Sal y pimienta

Vinagre



4 porciones



40 minutos



Bajo

## Preparación

Salpimentar el pollo y reservar. Freír los ajos fileteados y antes de dorar totalmente añadir los chiles de árbol, continuar friendo rápidamente y retirar del sartén.

El pollo se fríe en ese mismo aceite y antes de adquirir el tono dorado agregar el pimiento fileteado, freír un poco y luego integrar el vino jerez, los ajos y chiles. Cocinar hasta que reduzca el líquido, checar la sal y añadir un toque de vinagre.

Cocinar unos minutos más a que se integren todos los ingredientes y listo!!!!



**Sugerencia:** Acompañar  
con arroz blanco

# Barbacoa de Pollo

## Ingredientes



10 piezas de pollo  
6 chiles guajillos  
4 chiles anchos  
4 dientes de ajo  
1 cebolla mediana  
1 o 2 clavos de olor  
1 raja de canela  
8 pimientas negras gordas  
1 pizca de cominos  
sal al gusto  
aceite para freír  
10 hojas de acuyo  
10 hojas de aguacate  
hojas de plátano  
o papel aluminio



**4 porciones**



**1 Hora**



**Medio**

**Sugerencia:** Acompañar con cerveza y arroz rojo

## Preparación

Limpiar, asar y remojar los chiles en agua hirviendo unos 10 o 15 minutos.

Las especias, el ajo y la cebolla se asan y se muelen con los chiles remojados. Freír a fuego medio la salsa resultante a que tome sabor y al espesar, retirar y dejar enfriar.

Picar el pollo con la punta de un tenedor y untar con sal. Al enfriar la salsa, añadir al pollo y dejar reposar de una a dos horas. Asar las hojas de plátano y sobre éstas ya cortadas se coloca una hoja de acuyo, una de aguacate y luego el pollo con su salsa. Agregar un poco de sal, envolver y luego envolver una vez más en papel aluminio. Colocar en la vaporera y cocinar por espacio de 1 hora o hasta que se cocine el pollo.



# Pollo en Manchamanteles

QUESOS



• LIZ •

## Ingredientes



- |                                  |                         |
|----------------------------------|-------------------------|
| 4 muslos de pollo                | 1 clavo de olor         |
| 1 chile ancho                    | 1 rodaja de piña        |
| 1 chile mulato                   | 1 pera                  |
| 2 chiles guajillos               | 1 manzana               |
| 1 cucharada de vinagre           | 1 raja de canela        |
| 3 jitomates guajillos asados     | 1 plátano macho         |
| 1 diente de ajo asado            | 1 copita de vino jerez  |
| 50 gramos de almendras sin piel  | Aceite para freír       |
| 3 cucharadas de ajonjolí tostado | Sal y pimienta al gusto |
| ¼ cebolla asada                  |                         |



4 porciones



90 minutos



Alto

**Sugerencia:** Acompañar con arroz, frijoles y trozos de queso La Joya Liz tipo Botanero, Fresco o Añejo para una nueva dimensión de sabor.

# Pollo

**QUESOS**



• LIZ •

## Preparación

El pollo se pone a cocer en suficiente agua con cebolla, ajo y sal. Se desvenan los chiles, se asan, se colocan en un tazón y se bañan con el caldo de pollo hirviendo y un chorrito de vinagre; se dejan reposar por 15 minutos.

Aparte, se asan los jitomates, la cebolla y el ajo con todo y piel.

Cuando estén listos se retira la piel. Se ponen a tostar las almendras, el ajonjolí, la canela y el clavo de olor. Los chiles, remojados con su líquido, se colocan en la licuadora, junto con los jitomates, el ajo, la cebolla, las almendras, el ajonjolí y el clavo.

Los ingredientes se licúan y al final se le añade un chorrito de vinagre. Esta mezcla se fríe en una cacerola, con poco aceite, por 10 minutos. Después se agregan la raja de canela, sal y pimienta al gusto. Se le quita la piel al plátano, se corta en rodajas y se fríe.

La piña se parte en cubos, la manzana y la pera se cortan en lajitas. Se agregan todas las frutas a la salsa junto con el pollo y se deja hervir por 15 minutos. Se añade el vino jerez.

**QUESOS**



• LIZ •

QUESOS LA JOYA LIZ  
Carretera Nacional  
Perote – Xalapa No. 15  
La Joya, Veracruz  
Tel. (228) 811.41.67  
[www.quesoslajoya.com](http://www.quesoslajoya.com)



# Pechugas de Pollo con Tocino en Salsa Roquefort

## Ingredientes

- 2 Pechugas de pollo limpias, sin piel y partidas a lo largo por la mitad
- 18 Tiras de tocino ahumado
- 300 gr. de queso Roquefort
- ½ Vaso de vino blanco
- ½ Cebolla finamente picada
- ½ Litro de crema de leche
- Sal al gusto
- Palillos
- Aceite de oliva



**4 porciones**



**40 minutos**



**Bajo**

**Sugerencia:** Acompañar con vino tinto y pan blanco

## Preparación

Poner pimienta a las pechugas y envolver con las tiras de tocino fijando con los palillos. En una sartén sellar las pechugas con el tocino. Untar una bandeja con aceite de oliva y colocar las pechugas selladas, meter al horno a 180 grados centígrados y cocinar por 20 minutos.

Aparte, acitronar cebolla finamente picada, agregar vino blanco y dejar que se evapore. Después, añadir el queso roquefort y una vez que se derrita integrar la crema.

Checar la sazón y listo!!! Para servir, hacer un espejo con la salsa y servir las pechugas.



# Pollo con Mole Coloradito

## Ingredientes



4 piezas de pollo  
1 cebolla  
4 dientes de ajo  
2 ramitas de orégano  
2 ramitos de tomillo  
1 ramito de perejil  
sal y agua para  
cocer el pollo  
8 chiles guajillos  
2 chiles anchos  
4 tomates guajillos

½ taza de ajonjolí  
½ cucharada de orégano seco  
2 clavos de olor  
2 pimientas gordas  
½ cebolla  
6 dientes de ajo  
1 rajita de canela  
3 rebanadas de bolillo  
1 tablilla de chocolate



4 porciones



1 Hora



Medio

**Sugerencia:** Acompañar con verduras al vapor

## Preparación

El pollo se cocina con la cebolla, ajo, orégano, tomillo, perejil y sal de 20 a 25 minutos. Retirar del caldo y guardar.

Asar los chiles limpios y sin semillas y remojarlos en agua caliente. Asar también tomates, ajos, cebolla, ajonjolí, clavos, canela, pimientas y el bolillo. Después, moler los ingredientes asados junto con los chiles. Colar y freír, añadir el chocolate y seguir cocinando unos diez minutos más. Agregar caldo de pollo y el pollo. Seguir cocinando hasta que la salsa espese.



# Res



# Ropa Vieja



## Ingredientes

750 gramos de carne de res para deshebrar

2 huesos para caldo

½ kilo de jitomate

3 ajos

2 hojas de laurel

½ cucharadita de cominos

½ cucharadita de orégano

2 chiles xalapeños en rajas

2 papas en cubos

1 cebolla

Aceitunas

Hierbas de olor

Sal y pimienta



4 porciones



75 minutos



Medio

## Preparación

Cocinar la carne con las hierbas de olor, ajo y sal hasta que la carne esté bien cocida. Cuando se enfríe, deshebrarla y reservar el caldo.

Se asan los jitomates, la cebolla, los ajos, la pimienta y los cominos, después se licuan con un poco de caldo y se cuele la mezcla.

Se fríen la cebolla rebanada con el chile xalapeño, se añaden la salsa licuada, se agrega un poco del caldo y se deja hervir.

Se añaden las papas, luego la carne y al final las aceitunas.

De ser necesario se le agrega sal y pimienta al gusto y se sirve.



**Sugerencia:** Acompañar con arroz blanco con chícharos y tortillas

# Mole Verde de Res

## Ingredientes

- 1 kg. de pulpa de res y 2 chayotes
- 4 dientes de ajo
- 1 cebolla chica para hervir la carne
- 1 cebolla asada para la salsa
- 200 grs. de ejotes
- 200 grs. de chícharos
- 200 grs. de habas tiernas
- 500 grs. de tomate de cáscara
- 1 rollito de cilantro
- 1 ramo de epazote
- 2 hojas de lechuga
- 2 hojas de acuyo
- ½ cucharadita de comino
- 100 grs. de masa de maíz
- 5 o 6 cucharadas de aceite vegetal
- 1 litro de caldo de la cocción de la carne
- Chile jalapeño al gusto



**4 porciones**



**1 Hora y media**



**Alto**

**Sugerencia:** Acompañar con arroz blanco y tortillas calientitas

## Preparación

Cocinar la carne en agua hirviendo con sal, ajo y cebolla por espacio de una hora.

Pelar los chícharos y las habas, cocinar por diez minutos.

Mientras pelar los chayotes y trocearlos. Rebanar las calabacitas y chayotes. Asar cebolla y ajos y moler con el tomate de cáscara, el chile, cominos, cilantro, lechuga, acuyo y epazote.

Calentar aceite en una cacerola y freír la carne ligeramente, agregar la salsa y dejar sazonar, checar la sal y agregar las calabacitas y los chayotes picados.

Revolver la masa con un poco de aceite y sal para formar unas orejitas y agregarlas a la salsa. Por último, integrar los chícharos y las habas a la cocción.



# Álbondigas de Res al Curry con Manzana

## Ingredientes



450 gr. Carne de res molida

1 Huevo

1 Pan blanco remojado en leche

1 Rebanada tocino finamente picado

1 Cucharada de salsa inglesa

1/4 Cebolla finamente picada

1 Diente de ajo finamente picado

Sal y pimienta al gusto

Aceite para freír

Harina

Para la salsa:

1 Cucharada de curry

1/2 Cebolla finamente picada

1 Manzana mediana en cubos

1 Taza de agua caliente o caldo

1 Chorrito de crema de leche de vaca



**4 porciones**



**1 Hora y media**



**Bajo**

**Sugerencia:** Acompañar con una copa de vino tinto

## Preparación

Remojar el pan con la leche. En un tazón mezclar la carne con la cebolla, el ajo, el perejil y el tocino, después añadir la salsa inglesa, el pan remojado en leche, huevo, sal y pimienta recién molida. Hacer una masa homogénea y con las manos formar las albóndigas, que luego se pasan por harina. Luego, quitar el exceso de harina y en aceite bien caliente freír las albóndigas hasta que doren.

En otra cacerola freír en aceite la cebolla junto con la manzana, agregar una cucharada de curry y mezclar todo por unos minutos. Después añadir la crema, integrar todo muy bien y luego incorporar el agua caliente. Por último añadir las albóndigas fritas y dejar cocinar unos 25 minutos aproximadamente.



**QUESOS**

**La Joya**

♦ LIZ ♦

# Berenjenas Rellenas de Carne

## Ingredientes



- 4 Berenjenas
- 2 Cebollas medianas
- 2 Dientes de ajo
- 4 Cucharadas de mantequilla
- 400 gr. Carne molida de res
- 300 gr. Jitomate
- 1 Cucharada sopera de puré de tomate
- 1 Manojito de perejil
- Sal al gusto
- Aceite para freír



**4 porciones**



**1 Hora 15 Min.**



**Medio**

**Sugerencia:** Acompañar con puré de papa

# Res

QUESOS

**La Joya**

♦ LIZ ♦

## Preparación

Hacer un corte en las berenjenas a lo largo (por esa abertura se rellenarán), si lo desea puede pelarlas dejando tiras de piel (a manera de adorno) y sumergirlas en agua con sal durante media hora.

Acitronar en mantequilla cebolla y ajos finamente picados.

Después añadir la carne molida y cocinar a que esté bien hecha.

Agregar los jitomates sin piel ni semillas y picados, el puré y la sal.

Cocinar unos cinco minutos y retirar, para después incorporar el perejil finamente picado.

Sacar las berenjenas del agua y secar. Luego, freírlas en aceite vegetal a que doren. Colocarlas en un refractario, rellenar con la mezcla de carne guisada y con un trozo de tomate en cada una.

Hornear quince minutos con el horno a 180 grados. Para darle un sabor totalmente internacional a su platillo, cubrir con queso **La Joya Liz** tipo Asadero, Port Salut o Provolone y hornear 15 minutos con el horno a 180 grados.

QUESOS

**La Joya**

♦ LIZ ♦

QUESOS LA JOYA LIZ  
Carretera Nacional  
Perote - Xalapa No. 15  
La Joya, Veracruz  
Tel. (228) 811.41.67  
[www.quesoslajoya.com](http://www.quesoslajoya.com)



Queso fresco, tipo asadero, botanero, panela, añejo, hebra, manchego, port salut, provolone, gouda, parmesano, cotija, yogurth, crema, nata, arroz con leche, pan de nata, pays, galletas, empanadas, flan, gelatinas.



Buffet  
de Carnes

# Filete de Res con Salsa Duxelles

## Ingredientes



- 4 Medallones de filete de res
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta recién molida
- Mantequilla con harina
- 3 Cucharadas de mantequilla
- ½ Cebolla mediana finamente picada
- 150 gr. de Champiñones fileteados
- 2 Dientes de ajo picados
- ½ Taza de vino blanco seco
- 1 Taza de caldo de res
- ½ Taza de puré de tomate
- Nuez moscada
- Sal y pimienta
- Perejil para adornar



4 porciones



1 Hora



Bajo

Sugerencia: Acompañar con puré de papa

## Preparación

Untar los filetes con aceite de oliva. Aparte, amasar mantequilla con harina a partes iguales. En mantequilla freír la cebolla, el ajo y los champiñones, cocinar sin dejar de mover hasta que el líquido de los champiñones se reduzca.

Agregar el vino y cocinar hasta que se evapore.

Añadir el consomé de res, el puré de jitomate, sal, pimienta y la nuez moscada. Cocinar moviendo constantemente, agregar la mitad de la mantequilla batida y bajar el fuego a que hierva y espese la mezcla.

Sazonar con sal y pimienta los filetes por un lado y colocar ese lado sobre el sartén, cocinar por 2 o 3 minutos hasta que dore.

Sazonar el lado de arriba y dar la vuelta.

Cocinar por 2 o 3 minutos más.

Pasar los filetes a un molde y hornear por 7 minutos aproximadamente con el horno a 200 grados. Antes de servir, calentar la salsa para bañar los filetes y adornar con perejil picado.



# Cerdo



# Cerdo con Papas y Ejotes



## Ingredientes

400 gr. de pierna de cerdo  
600 gr. ejotes limpios y partidos  
500 gr. papas limpias y cortadas  
1 cebolla picada

2 o 3 cucharadas aceite de oliva  
1 o 2 tazas de caldo  
½ cucharada de ajedrea  
sal y pimienta al gusto



4 porciones



45 minutos



Bajo

## Preparación

Cortar la carne en trozos y freírla en aceite.

Retirar. En la misma grasa de la carne, freír las papas y la cebolla hasta que se doren un poco. Después añadir los ejotes, la carne y el caldo. Hervir, y bajar el fuego a que se cocine así por media hora, por último, agregar la ajedrea y salpimentar.

Si se desea una salsa espesa, puede añadirse fécula de maíz disuelta en agua.



**Sugerencia:** Acompañar con pan blanco tostado

# Costilla de Cerdo en Salsa de Tomate de Cáscara y Chipotles

## Ingredientes

- 750 gr. Costilla de cerdo
- ½ Cebolla
- 1 Diente de ajo
- Sal al gusto
- 2 Cucharadas de aceite
- 1 Cebolla finamente picada
- ½ kg. Tomate de cáscara finamente picado
- 2 Hojas de laurel
- 2 Clavos de olor
- 1 Raja de canela
- 1 Ramita de tomillo
- 2 Chipotles picados



**4 porciones**



**30 minutos**  
(ya cocida la costilla)



**Bajo**

**Sugerencia:** Acompañar con frijoles negros refritos

## Preparación

Cocinar las costillas en agua con cebolla, ajo, laurel y sal al gusto a fuego alto. Al hervir, bajar el fuego y cocinar tapado una hora y media.

Retirar y sacar del caldo la carne.

Aparte freír la cebolla y el tomate de cáscara finamente picados, luego añadir las costillas, el clavo, laurel, canela, tomillo y los chipotles también finamente picados. Cocinar unos diez o quince minutos, retirar la canela y el clavo y servir.



# Albondigón a la Xalapeña

## Ingredientes

- 750 gramos de carne de cerdo molida
  - 150 gramos de jamón de pierna
  - ½ cebolla finamente picada
  - 2 ajos finamente picados
  - 1 zanahoria finamente picada
  - 1 papa picada finamente ½ bolillo
  - ½ litro de leche
  - 1 huevo
  - 3 chiles xalapeños en vinagre, finamente picados
  - 1 cucharada de salsa inglesa
  - 1 frasco chico de aceitunas rellenas
  - Sal y pimienta negra molida
- Para el agua de la cocción**  
Agua Hierbas de olor, ½ cebolla, Sal Pañalina Hilo



**4 porciones**



**60 minutos**



**Medio**

**Sugerencia:** Acompañar con ensalada fresca verde

## Preparación

Remojar el pan en leche por unos minutos y picar el jamón en cuadritos. Después, integrar la carne molida con todos los ingredientes previamente picados en un recipiente.

Agregar la salsa inglesa, el huevo, el bolillo remojado, la sal y la pimienta y mezclarlo todo muy bien. Humedecer la pañalina, exprimirla y extenderla sobre una superficie plana, colocar la mezcla de carne sobre la tela y formar un cuadro de dos centímetros de grueso.

Después, añadir las aceitunas rellenas y enrollar hasta formar un cilindro.

Amarrar bien con el hilo y cocinar en agua hirviendo con cebolla, sal y hierbas de olor por 45 minutos.

Se deja enfriar y se rebana.

Se colocan las rodajas en un platón con vegetales.



# Chiles Poblanos Rellenos Gratinados

QUESOS

**La Joya**

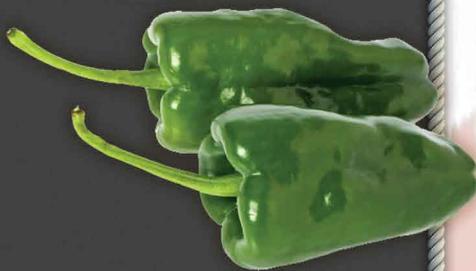
• LIZ •

## Ingredientes

4 Chiles poblanos  
400 gr. carne de cerdo picada  
½ Cebolla  
1 Vasito de jerez  
2 Dientes de ajo  
1 Zanahoria  
1 Papa  
2 Jitomates  
8 Aceitunas  
1 Cucharadita de alcaparras  
100 gr. pasitas  
150 gr. queso manchego  
1 Ramita perejil picado  
Tomillo, orégano, laurel  
Sal y pimienta al gusto  
Aceite para freír

### Salsa

4 Jitomates  
¼ Cebolla  
2 Dientes de ajo  
Sal y pimienta al gusto  
Aceite para freír



**4 porciones**



**60 minutos**



**Medio**

**Sugerencia:** Acompañar con arroz rojo y tortillas calientitas

# Cerdo

QUESOS

**La Joya**

• LIZ •

## Preparación

Para el relleno, freír en aceite la cebolla finamente picada, al acitronar añadir el ajo también picado, continuar friendo e integrar la zanahoria y la papa, mezclar y cocinar por unos minutos más. Después añadir la carne picada en trozos pequeños, cocinar sin dejar de mover para que no se desjuge la carne. Luego, integrar el vino jerez y dejar que se evapore, en este punto se añade al guiso el jitomate, las pasitas, las aceitunas y las alcaparras, todo finamente picado, además de las hierbas de olor, mezclar y salpimentar. Cocinar por unos minutos más y retirar del fuego.

Aparte, moler el jitomate con la cebolla y ajos. Colar y freír en poco aceite, salpimentar y dejar sazonar. Una vez lista la carne, rellenar los chiles poblanos previamente asados, sudados y limpios de piel y semillas.

Colocar en un refractario y espolvorear queso manchego rallado. Meter al horno a que el queso gratine. Para emplatar, servir un poco de salsa y sobre ésta el chile. Agregar queso de La Joya Liz tipo Cotija, tipo Manchego o tipo Parmesano, gratinar y prepárese a disfrutar.

QUESOS

**La Joya**

• LIZ •

QUESOS LA JOYA LIZ  
Carretera Nacional  
Perote – Xalapa No. 15  
La Joya, Veracruz  
Tel. (228) 811.41.67  
[www.quesoslajoya.com](http://www.quesoslajoya.com)



# Estofado de Cerdo con Pimientos

## Ingredientes

$\frac{3}{4}$  kg. Carne de cerdo  
1 Vaso de vino tinto  
1 Chorrito de vinagre balsámico  
 $\frac{1}{2}$  cebolla fileteada  
 $\frac{1}{2}$  Pimiento naranja  
 $\frac{1}{2}$  Pimiento verde ó amarillo  
Harina  
Aceite de oliva  
Agua  
Orégano  
Sal y pimienta al gusto



4 porciones



50 minutos



Bajo

**Sugerencia:** Acompañar con papas doradas en cubos y pan frito

## Preparación

Calentar aceite en una cacerola con tapa, mientras pasar por harina la carne y colar para retirar el exceso de aceite. Luego freír la carne y cuando cambie de color agregar el vino y el vinagre balsámico, cocinar hasta que reduzca un poco el líquido y retirar la carne.

En el líquido que quede en la cacerola cocinar los pimientos y la cebolla a que estén tiernos. Regresar la carne y bañar con agua hasta cubrir la carne; salpimentar, añadir orégano, tapar y cocinar a fuego medio por unos 25 minutos.



# Pescados y Mariscos



# Jaibas en Salsa de Chile Serrano



## Ingredientes

- |                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 8 Jaibas lavadas y sin caparazón | 4 Chiles serranos sin semilla   |
| 2 Limones                        | 1 Frasco de mayonesa de 285 gr. |
| Sal y pimienta al gusto          | 1 Cubo de concentrado de pollo  |
| <b>Para la salsa</b>             | 1 Taza de leche                 |
| 6 dientes de ajo                 | 4 Cucharadas de aceite de oliva |
| ½ Cebolla mediana                | 1 Barra de mantequilla          |
| 5 Pimientas negras               | 2 Limones                       |
|                                  | Sal al gusto                    |



4 porciones



30 minutos



Bajo

## Preparación

Salpimentar las jaibas, agregar un poco de jugo de limón y dejar reposar unos 10 ó 15 minutos. Mientras, añadir en la licuadora la cebolla, el ajo, pimienta, chiles, mayonesa, concentrado de pollo, leche y moler, checar de sal y reservar.

En una sartén, calentar el aceite de oliva y derretir la mantequilla, freír las jaibas con la cara interna hacia abajo unos tres minutos, luego dar vuelta y freír hasta que las jaibas tomen un color rojizo. Bañarlas con la mezcla licuada y dejar hervir la salsa.

Checar de sal y servir.



**Sugerencia:** Acompaña con torito de naranja

# Huachinango a la Veracruzana

## Ingredientes



4 huachinangos, de 350 a 400 gramos cada uno  
400 gramos de cebolla, finamente picada  
8 hojas de laurel  
3 dientes de ajo  
1 kilo y medio de tomate picado  
1 ramita de perejil  
10 aceitunas picadas  
1 cucharadita de alcaparras  
1 ramita de orégano  
Tomillo  
4 chiles güeros en escabeche  
½ vaso de vino blanco seco  
2 limones  
Sal y pimienta al gusto  
Aceite de oliva



**4 porciones**



**50 minutos**



**Medio**

**Sugerencia:** Acompañar con arroz blanco y vino blanco seco

## Preparación

El pescado se marina por dentro y por fuera con jugo de limón, pimienta recién molida y sal, y se deja reposar por una hora. La cebolla, finamente picada, se fríe junto con el laurel en aceite de oliva.

Luego se le agrega el ajo, bien picado, dejando freír todo por otros minutos y, en seguida, se añade el tomate para integrarlo todo a fuego alto, se deja sazonar y se le incorpora el perejil picado. Se baja el fuego y se deja cocinar por otros minutos más, para después añadir las aceitunas, las alcaparras y un ramito de hierbas de olor.

Se cocina otros minutos para después salpimentar al gusto y agregar los chiles güeros con su vinagre. Se mezcla todo y la salsa se dejar sazonar para después incorporar el vino blanco seco, revolviendo muy bien y cocinando unos minutos más.

Una vez lista la salsa, en un refractario se hace una cama y, sobre ésta, se colocan los huachinangos. Se bañan con la salsa restante y se meten al horno, a 180 grados, durante 20 minutos.



# Pescado con Piña al Tequila

## Ingredientes

4 Lomos o filetes de pescado de 175 a 200 gr. c/u

Sal y pimienta molida

Aceite de oliva

1 Taza de piña fresca cortada en cubitos

½ Pimiento rojo cortado en cubitos

2 Cucharadas de cebolla finamente picada

1 Chile chipotle finamente picado

1 Caballito de tequila

10 Hojas de hierbabuena fresca picada

4 Ramas de cilantro finamente picado

Sal y pimienta

Aceite para freír



**4 porciones**



**45 minutos**



**Medio**

**Sugerencia:** Acompañar con vino blanco

## Preparación

Mezclar la piña con el pimiento previamente picados en cubitos. Después agregar la cebolla y el chipotle finamente picados, luego la hierbabuena, cilantro, sal y el tequila Integrar todo muy bien y dejar reposar unas 3 horas en refrigeración.

Untar con aceite de oliva el pescado y sazonar con sal y pimienta.

En una sartén freír los lomos o filetes, unos tres minutos por cada lado.

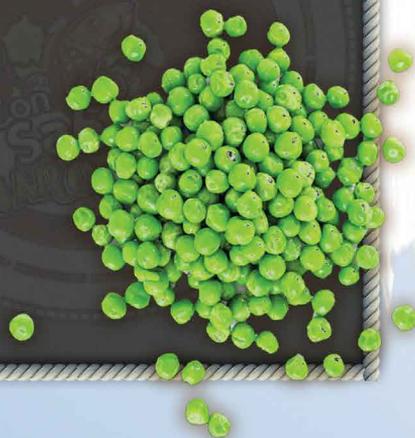
Para servir, bañar el pescado con la salsa. Buen provecho!!!



# Pescado y Mariscos a la Cazuela

## Ingredientes

4 Rebanadas de Pescado  
12 Camarones  
1 Cebolla fileteada  
2 Pimientos rojos  
100 gr. Chícharos  
3 Papas  
1 Chorrito de vino blanco  
Pimentón y chiltepín al gusto  
Aceite de oliva  
Agua hirviendo  
Sal y pimienta al gusto  
Horno a 180 grados



**4 porciones**



**40 minutos**



**Bajo**

**Sugerencia:** Arroz blanco y vino blanco seco

## Preparación

Lavar y secar previamente el pescado y los camarones. En una cacerola poner agua a hervir y agregar sal, después, cortar las papas en rodajas y añadirlas al agua hirviendo por unos minutos.

Luego sacar las papas y colocarlas en el fondo de la cazuela. Filetear la cebolla y sofreírla en aceite de oliva por unos minutos, después, añadir el chiltepín, pimienta y chicharos y seguir sofriendo. En seguida agregar pimienta y un chorrito de vino blanco. Aparte, colocar el pescado y camarones sobre las rebanadas de papa en la cazuela. Si lo prefiere, también puede integrar pulpo o calamares previamente cocidos para agilizar la preparación.

Posteriormente añadir lo sofrito encima y meter al horno a 180 grados por 20 minutos.



# Camarones Enchipotlados

## Ingredientes

- 500 gr. Camarones
- 1 limón
- Pimienta al gusto
- 4 Dientes de ajo finamente picados
- ½ Cebolla mediana fileteada
- 100 ml. vino blanco
- 3 Jitomates asados
- 3 Chiles chipotles
- 1 Manojito de perejil
- ½ Taza puré de tomate
- 4 Ciruelas pasas
- ½ Taza de jugo de naranja
- 1 Pizca de orégano seco
- Sal y pimienta al gusto
- Mantequilla y aceite para freír



**4 porciones**



**50 minutos**



**Bajo**

**Sugerencia:** Acompañar con arroz blanco y vino blanco seco

## Preparación

Remojar las ciruelas en el jugo de naranja y limpiar los camarones de cáscaras y cabezas. Marinar los camarones con limón y pimienta al gusto. Después, si lo prefiere, freír cáscaras y cabezas en aceite de oliva, al tomar un tono rojizo, retirar. En ese mismo aceite agregar un poco de mantequilla y freír cebolla, ajo y los camarones, al enrojecer, añadir el vino blanco y dejar que se evapore.

Aparte, moler los jitomates previamente asados, el puré de tomate y las ciruelas pasas hidratadas, para después bañar con esta mezcla los camarones. Sazonar con sal y pimienta, orégano seco, y perejil finamente picado. Cocinar por unos minutos más.



# Postres



# Ajonjolitorias



## Ingredientes

250 grs. de ajonjolí  
500 grs. piloncillo  
1 taza de agua  
1 hoja de plátano  
1 raja de canela



**6 porciones**



**40 minutos**



**Bajo**

Trocear el piloncillo y hervir en una taza de agua junto con la raja de canela.

Dejar hervir hasta formarse una miel y adquirir el punto de bola. En este punto agregar el ajonjolí y mezclar.

Sobre hojas de plátano limpias, servir una cucharada de esta miel y así sucesivamente dejando espacio entre una y otra.

Dejar enfriar y servir.



**Sugerencia:** Acompañar con un rico cafecito de olla

# Dulce de Calabaza en Tacha



## Ingredientes

- 2 kg. de Calabaza de castilla
- 3 Piloncillos o panela
- 2 Naranjas
- 8 Guayabas
- 1 Raja de canela
- 2 ó 3 Clavos de olor
- 1 Cucharada de anís
- 2 Litros de agua



6 porciones



30 minutos



Bajo



Santos Degollado 21  
Xalapa-Enríquez



@alepeireposteria



Llamar 01 228 150 8562



**Sugerencia:** Acompañar con leche o pan tostado



# Postres

## Preparación

Poner a hervir el agua con la panela y la raja de canela, cuando se disuelva la panela agregar la calabaza. Aparte, hervir el anís y los clavos de olor en poco agua, al hervir, colar y agregar el líquido a la calabaza, así como también las naranjas en rebanadas y las guayabas partidas a la mitad.

Una vez cocida la calabaza, retirar y dejar que se concentre el líquido a manera de que se espese un poco.

Por último, incorporar la calabaza nuevamente hasta que se impregne de la miel y retirar del fuego.



Santos Degollado # 21, Xalapa.

☎ 01 22 81 50 85 62

f ALE PEI REPOSTERÍA

📷 ALE PEI REPOSTERÍA



# Guayabas en Almíbar con Ron y Limón

## Ingredientes

12 guayabas de buen tamaño  
1 litro de agua  
2 limones  
6 cucharadas de azúcar  
1 raja de canela  
1 copa pequeña de ron



**6 porciones**



**35 minutos**



**Bajo**

Poner el agua a hervir, mientras se parten las guayabas en mitades y se retiran, con una cuchara, las semillas.

Sumergirlas en el agua hirviendo junto con la cáscara de un limón, la raja de canela y el azúcar.

Hervir hasta que se cocinen las guayabas y retirarlas.

El agua se deja consumir hasta que se convierta en almíbar.

Para servir, dejan enfriar las guayabas, se acomodan en un platón, se adornan con ralladura de limón y se bañan con el almíbar y con un chorrito de ron.

**Sugerencia:** Acompañar con el té de su preferencia o con café



# Dulce de Camote con Piña



## Ingredientes

750 grs. de camote amarillo  
750 grs. de piña cortada en cubos  
400 grs. de azúcar  
1 raja grande de canela  
Nueces en mitades para adornar



6 porciones



45 minutos



Bajo

El camote se cocina en agua hirviendo, de 25 a 30 minutos.

Se retira del agua y se pela la piel. A la piña se le quita el corazón, se pica en pequeños trozos y se pone a cocer en poca agua junto con el azúcar y la raja de canela. Una vez cocidos el camote y la piña, hacerlos puré con la ayuda de un machacador.

Puede servirse en copas o en la mitad de una piña hueca, adornando con nuez en mitades.



**Sugerencia:** Acompañar con un rico café de Coatepec, Veracruz

# Tamales "Cabeza de Perro"

## Ingredientes

- 1 kg. Masa de maíz cernida
- 400 gr. Manteca de cerdo
- 100 gr. De boronitas de chicharrón de cerdo
- 2 piloncillos rallados
- 3/4 taza de infusión de anís  
(hecha con 2 cucharadas de anís)
- 2 cucharadas de tequesquite
- 3 cáscaras de tomate verde
- 1 taza de agua
- 1/2 taza de pasitas
- 1 rollo de hojas de maíz remojadas en agua



**6 porciones**



**90 minutos**



**Medio**

**Sugerencia:** Acompañar con atole calentito

## Preparación

Las cáscaras del tomate se remojan y se frotran en agua con el tequesquite.

Luego se retiran las cáscaras y se deja asentar el tequesquite, se cuele y se reserva el agua.

Con el anís se hace una infusión y se deja enfriar, se cuele y se reserva.

Con la batidora se acrema la manteca hasta que aumente su volumen y cambie de color a blanquecino.

Agregar poco a poco la masa de maíz hasta integrar bien.

Después añadir las boronas de chicharrón y seguir batiendo.

Agregar el piloncillo rallado incorporando bien junto con el agua de anís.

Cuando la masa empieza a hacer ojitos, incorporar el agua de tequesquite e integrar suavemente. Después si lo desea, añadir las pasitas. Por último mezclar y armar los tamalitos, poniendo una cucharada de la masa en una hoja de maíz, enrollar y amarrar con una cinta hecha de la misma hoja.

Cuando todos estén armados colocar en una vaporera de 50 a 60 minutos.





# Directorio



Tel. 01 (22 8) 8 42 35 00

**Raúl Martínez Chávez**  
DIRECTOR GENERAL DE RADIOTELEVISIÓN DE VERACRUZ

**Chef Pepe Ochoa**  
CONDUCTOR DEL PROGRAMA CON SABOR JAROCHO

**Claudia González Martínez**  
**Carolina Flores Torales**  
SELECCIÓN DE RECETAS

**Isela Pacheco Cabrera**  
**Manuel Munguía Castillo**  
**Perla Nieto Trápaga**  
TEXTOS Y CORRECCIÓN DE ESTILO

**Jorge Luis Báez Montañez**  
DISEÑO CREATIVO

**Hec Ochoa**  
FOTOGRAFÍA

**Mayra Isabel García Uscanga**  
COORDINADORA EDITORIAL

**Mónica Herrera Martínez**  
**Nicolás Vélver Carranza**  
EJECUTIVOS DE VENTA

Téls: 01 (228) 8 423500 Ext. 3601, 3621

**Alfonso Javier Nextle Sánchez**  
SUBDIRECTOR DE MERCADOTECNIA

**José David Vázquez García**  
SUBDIRECTOR DE TELEVISIÓN

**Alberto Aguilar Verónica**  
JEFE DE PRODUCCIÓN DE TELEVISIÓN

**Enrique Ceja**  
JEFE DE OFICINA DE MÁS CULTURA

**Cristóbal Gálvez Aguilar**  
JEFE DE OFICINA DE DISEÑO GRÁFICO Y ESCENOGRAFÍAS

 /RTVVeracruz  
 @TVMASVeracruz  
 /TVMAS  
 /TVMASVeracruz  
 @TVMASVeracruz  
 /ConSaborJarocho

Recetario Con Sabor Jarocho es una publicación de RTV, ubicado en Cerro de la Galaxia S/N Col. Unidad del Bosque C.P. 91010 en la ciudad de Xalapa, Veracruz.

Queda prohibida la reproducción total o parcial del contenido editorial o bien únicamente bajo autorización de RTV. La publicidad de nuestros anunciantes son responsabilidad de los mismos, así como su contenido.

Distribuido por: RADIOTELEVISIÓN DE VERACRUZ

Impreso por: IMPRESOS DIEGO

Priv. 37 Nte. #211 Col. Amor C.P. 72140 Puebla, Pue. México.

Este Recetario se terminó de imprimir en junio de 2018 con un tiraje de 1000 ejemplares.



**SUC. AVILA CAMACHO no. 120**  
Col. Centro  
Frente a teatro del Estado  
Xalapa, Ver.  
Tel. 8175107

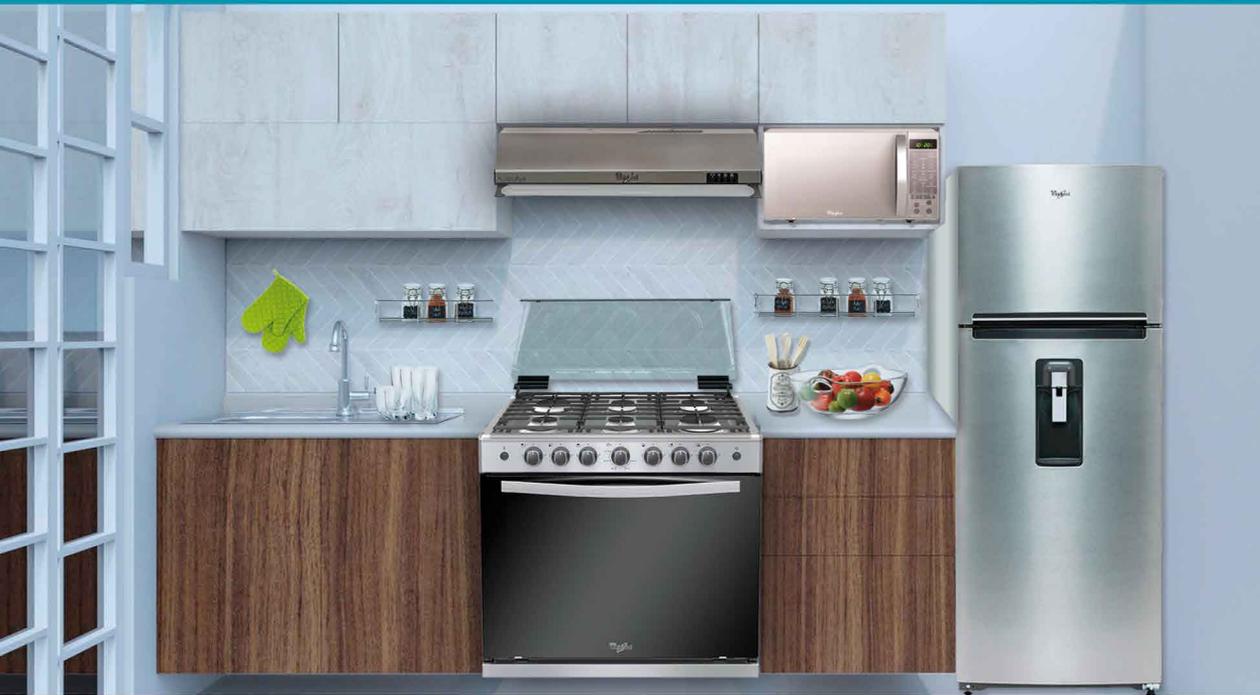
**SUC. EUROPA**  
Blv. Europa No. 96  
Plaza Europa  
Frac. Hacienda Las Animas  
Xalapa, ver.  
Tel. 8141931

**SUC. PLAZA SAN MARCOS**  
Carr. Fed. Xalapa-Veracruz  
km.2680  
Local 12  
Col. Pastoresa  
Int. Plaza Américas  
Xalapa, Ver.  
Tel. 8141034





COCINAS INTEGRALES  
SOBRE DISEÑO CON  
CUBIERTA LAMINADA,  
PIEDRA DE GRANITO  
Y CUARZO



mabe

io mabe

GE Monogram.

acros<sup>®</sup>

Whirlpool<sup>®</sup>

KitchenAid<sup>®</sup>

LG



VISÍTANOS EN RUIZ CORTINES NO. 1516 PB.  
COSTA DE ORO, BOCA DEL RÍO VERACRUZ

(229) 921-77-57

 casa ideal

 Casaidealveracruz

 [www.casaideal-lb.com](http://www.casaideal-lb.com)