



COCINA MEXICANA



ESCUELA

CURSOSDECOCINA

comida, familia & amigos

Quesadilla de champignón, chipotle y cilantro.

5 raciones

INGREDIENTES:

- 8 und tortillas de trigo medianas
- 1 bandeja de champignón
- 1 cda de pasta de chipotle
- ½ paquete de cilantro
- 8 und láminas de queso gauda
- Sal y pimienta

ASÍ SE HACE:

En un bowl mezclar champignón cortado en láminas, cilantro picado fino y pasta de chipotle. Luego en un sartén disponer una tortilla de trigo, encima de esta una lámina de queso y dos cucharadas de nuestra mezcla de champignón.

Posteriormente agregar sobre esto otra de lámina de queso y otra tortilla, finalmente voltear y tapar. Cocinar por 1 minuto, porcionar en pequeños triángulos y servir.

Pico de gallo.

5 raciones

INGREDIENTES:

- 3 und tomates
- ½ und cebolla morada
- 1 paquete de cilantro
- 1 und pimentón rojo
- 2 und de jalapeño
- Sal y pimienta
- Jugo de limón
- Aceite vegetal

ASÍ SE HACE:

Cortar tomate, cebolla y pimentón rojo en brunoise, cilantro en chifonnade y jalapeños en láminas, luego en un bowl mezclar los vegetales con el resto de los ingredientes, aderezar y reservar.

Tinga de pollo.

5 raciones

INGREDIENTES:

- 1 und pechuga de pollo
- 1 und cebolla
- 4 und tomates
- 2 cda de pasta de chipotle
- 2 cda de pasta de ajo y jengibre
- Tallos de cilantro
- Sal y pimienta
- 250 gr de mole

ASÍ SE HACE:

En una olla cocinar la pechuga de pollo entera con agua y sal, luego con ayuda de dos tenedores desmenuzar toda la carne y reservar. Realizar un sofrito con la cebolla cortada en pluma, tallos de cilantro cortados en chiffonade y nuestra pasta de ajo y jengibre, luego agregar el pollo desmenuzado, la pasta de chipotle y el tomate licuado cocinar por 5 minutos, para finalizar agregar mole, sal y pimienta, cocinar por 3 minutos. Servir bien caliente.

Arroz mexicano.

5 raciones

INGREDIENTES:

- 200 gr de arroz
- 300 ml de agua o caldo de pollo
- 100 gr de frijoles cocidos (porotos negros)
- ½ paquete de cilantro en chiffonade
- 1 cdta de pasta de ajo y jengibre
- 1 cdta de pasta de tomate
- 1 und aji jalapaño en rondelle
- 1 und cebolla morada en pluma
- Sal

ASÍ SE HACE:

Preparación en arrocera eléctrica:

Cocinar un arroz blanco con el caldo de pollo.

Preparación en olla convencional:

Agregar unas gotas de aceite y marcar nuestro arroz hasta que los granos se vean más blancos, luego agregar caldo de pollo, tapar y cocinar por 18 – 20 minutos a fuego bajo.

Luego saltear el resto de los ingredientes y mezclar con el arroz, servir y decorar con cilantro.

Mole

5 raciones

INGREDIENTES:

- 5 chiles guajillo
- 3 chiles pasilla
- 1 chile jalapeño
- 3 chiles serrano
- 3 chiles pinguito de mono
- 1 chile habanero
- 1 cebolla
- 1 pimentón rojo
- ½ plátano verde
- ½ pan
- 1 cdta de semillas de cilantro
- 1 cdta de clavo de olor
- 1 cdta de pimienta negra entera
- 1 cdta de semillas de comino
- 2 cdta de semilla de sésamo
- 1 rama de canela
- 2 hojas de laurel
- 1 cda de concentrado de tomate
- 1 cda de pasta de ajo
- 100 gr de chocolate amargo
- 400 ml de caldo de pollo
- 1 shot de tequila

ASÍ SE HACE:

En una sartén quemar ajíes y reservar con una taza de caldo de pollo, luego licuar y filtrar, volver a reserva. Luego quemar el plátano con el pan y reservar en seco. Quemar condimentos secos y reservar, quemar cebolla y pimentón y reservar.

En una juguera licuar todo lo anterior, excepto ajíes, agregar caldo de pollo y chocolate picado para que se derrita con el calor que queda en la preparación, por último, filtramos y mezclamos con los ajíes, agregamos el tequila y cocinamos por 5 minutos más.

Churros

5 raciones

INGREDIENTES:

- 2 taza de agua
- 2 taza de harina de avena o harina integral
- 4 cdas de aceite de oliva
- 2 gr de sal
- 2 huevos
- Azúcar flor a gusto

ASÍ SE HACE:

En una olla poner a punto de hervir agua, sal y aceite de oliva, luego retirar del fuego y agregar harina de avena, con ayuda de una cuchara de palo mezclar enérgicamente hasta obtener una masa lisa y homogénea. Dejar enfriar por 15-20 minutos y luego agregar un huevo, mezclar bien y agregar el siguiente.

Posteriormente con ayuda de una manga pasteleira con boquilla risada, disponer nuestra mezcla con forma de churro en una lata para horno con papel mantequilla o lámina de silicona, hornear a 180°C por 15 min. Para finalizar espolvorear azúcar flor con ayuda de un colador pequeño y servir.