

## ASADO DE CARNE DE RES

### Ingredientes para el asado de carne de res:

- 1.8 Kg. de carne de res para asado
- 5 cucharadas de aceite
- 2 tazas de cebolla picadita
- 2 hojas de laurel
- 2 cubitos de caldo de carne
- 1/2 taza de vino tinto
- Sal y pimienta a su gusto



### ¿Como preparar la carne de res para asado?

1. En una cacerola caliente el aceite y luego ponga la carne para dorarla y sellarla por todos sus lados.
2. A continuación agregue las hojas de laurel, la cebolla, sal, pimienta y vino tinto; baje el fuego, tape la cacerola y deje hervir.
3. Poco a poco comience a agregarle el caldo que debe haber preparado previamente con los cubitos.
4. Cuando la carne haya enternecido retírela, córtela en tajadas y vuelva a colocarla nuevamente en la cacerola.
5. Licue y cuele el aderezo de cebollas, y cubra la carne con él.
6. Sirva y acompañe de arroz, puré de papas o ensalada.

## EMPANADAS DE CARNE DE RES MOLIDA

### Ingredientes:

- 1/2- taza de cebolla picada
  - 1/2- taza de pimiento verde picado
  - 2 cucharadas de aderezo italiano fuerte o 2 dientes de ajo (bien picados)
  - 3 rebanadas de jamón ahumado (bien picado)
  - 2 cucharadas de salsa de tomate
  - 1/4 taza de cilantro fresco picado
  - agua
  - 1 taza de aceite
- Elaboración de las empanadas con carne de res molida



1. Dora la carne en una sartén mediana a fuego medio durante 5 minutos aproximadamente y luego escúrrela.
  2. A continuación agrega la cebolla, pimientos, ajo, aderezo, jamón y salsa de tomate; y cocina a fuego medio durante 10 minutos siempre revolviendo con cuchara de madera.
  3. Luego retira del fuego, agrega el cilantro y revuelve.
  4. Toma las tapas para empanada y moja sus bordes
  5. Coloca la carne de res molida preparada y sella los bordes con un tenedor.
  6. Calienta aceite en una sartén profunda hasta que su temperatura se eleve hasta los 191°C y comienza a colocar las empanadas en pequeños grupos.
- \*Cuando comience a tomar un colorcito dorado estarán listas, deberás sacarlas y dejarlas escurrir.

## CALABAZAS CON PUERCO

### Ingredientes:

- 1 kg. de Carne de cerdo (costillas y maciza)
- 1 kg. de calabazitas italianas
- 2 chile poblano
- Aceite de oliva al gusto
- 1/2 kg. de Tomate
- 1 pza.
- Cebolla
- 2 elotes desgranados
- 2 cditas. de cilantro,
- Ajo.
- sal algusto



### Elaboracion:

- 1.- Se pone a cocer la carne de cerdo con un pedazo de cebolla y ajo sin sal hasta que este blanda.
- 2.- Se pican el tomate, la cebolla, el chile poblano y las calabazitas en cubos pequeños y se reservan.
- 3.-vierta en una olla aceite de oliva y pongalo a calenta a fuego bajo, ya que se encuentre caliente vierta el tomate, la cebolla, el ajo y el cilantro, deje cocer hasta que la cebolla de encuentre trasparente, y agregue la carne de cerdo ya cocida, el elote desgranado, el chile poblano y un poco del caldo del cerdo, dejelo en el fuego hasta que el elote se encuentre cocido, posteriormente le agregamos las calabazitas hasta que esten cocidas y listo.
- 4.- Servimos con un poco de Arroz blanco.

## POLLO RELLENO

### Ingredientes:

- 1/4 de pimentón rojo o verde.
- 1 1/2 zanahoria grandes
- 3 pequeñas.
- 3 ají dulce.
- 1 cubito de pollo o carne.
- 2 cubitos de cebolla y ajo.
- 1/2 cebolla mediana.
- 3 dientes de ajo.
- 1 tomate perita.
- Perejil,
- Cilantro,
- Cerely (apio),
- Comino,
- Hojas de laurel,
- Salsa inglesa al gusto.



### Relleno:

2 pechuga de pollo cocido y mechado.

NOTA: Se pueden hacer de carne molida, carne para esmechar, o pescado.

### Masa:

500 gr. de harina de trigo.

50 gr. de mantequilla sin sal.

1 vasito de aceite.

1/4 L. de agua.

sal al gusto.

### Adorno:

1/4 de pimentón cortada en tiritas

### Preparacion:

Sofrito: Se corta todos los aliños en cuadritos lo más pequeño posible y la zanahoria, se sofríe en aceite se le agrega la salsa inglesa, cubitos y la hojas de laurel en pedacitos.

A esto se le agrega el pollo (Pechuga) o la carne de su elección.

## PLATILLO - CARNE DE CORDERO

### Ingredientes (4 personas)

- 1 kilo de pierna de cordero.
- 2 cebollas.
- 3 zanahorias.
- 4 patatas.
- 1 diente de ajo.
- 1 decilitro de vino tinto.
- 1/2-de litro de caldo de carne.
- 1 cucharada de albahaca picada.
- 50 gramos de harina.
- 6 cucharadas de aceite.
- Sal y pimienta.



### Cómo se elabora:

Cortamos la pierna incluida la parte del hueso en trozos gruesos. Salpimentamos la carne, la pasamos por harina y la doramos en aceite caliente en una cazuela.

Cuando esté dorada la carne, la retiramos de la cazuela y agregamos en ella las cebollas picadas, el diente de ajo picado y las zanahorias cortadas en cilindros.

Rehogamos las hortalizas durante unos minutos, agregamos el vino tinto, dejamos evaporar y agregamos el caldo. Colocamos en la cazuela de nuevo los trozos de cordero, condimentamos con sal y albahaca picada. Tapamos la cazuela y dejamos cocinar hasta que la carne esté tierna, agregando más caldo o sal si fuera preciso.

A mitad de cocción añadimos las patatas peladas y cortadas en corte grueso.

Dejamos reposar una vez cocinada la carne en la misma cazuela de barro que serviremos a la mesa sobre esta cazuela.

## BIRRIA DE CORDERO

### Ingredientes para 6 personas:

3/4 kilo costillar de carnero,  
3/4 kilo costillar de ternera,  
1 1/2 kilo falda de puerco,  
6 chiles anchos,  
3 chiles guajillo,  
10 chiles cascabel,  
18 pimientas gordas,  
4 clavos de olor,  
1 cucharada sal,  
1/4 cucharadita orégano,  
1/4 cucharadita cominos,  
1/4 taza vinagre,  
6 dientes ajo asados,  
1/2 cebolla mediana asada,  
1 lata puré, de tomate,  
1/2 taza cebolla finamente picada,  
Orégano para espolvorear.



### Preparacion:

- 1.La carne muy bien lavada se raja con un cuchillo filoso y se unta con sal. Se preparan los chiles asándolos y remojándolos en agua caliente media hora hasta que suavicen.
- 2.Los chiles se escurren del agua en que se remojaron y se ponen en la licuadora con todos los demás ingredientes excepto los tres últimos. Se muele hasta hacer una pasta con la que se untan las carnes por todos lados, se envuelve la carne en plástico o en hoja de maguey y se deja reposar varias horas.
- 3.La birria debe ser hecha en barbacoa, es decir, en un hoyo en la tierra, pero se puede hacer sobre la estufa . ora con todos los demás ingredientes excepto los tres últimos. Se muele hasta hacer una pasta con la que se untan las carnes por todos lados, se envuelve la carne en plástico o en hoja de maguey y se deja reposar varias horas. 3.La birria debe ser hecha en barbacoa, es decir, en un hoyo en la tierra, pero se puede hacer sobre la estufa .

## \*RECETAS EN VIDEO

VER VIDEO

**ALBONDIGAS EN SALSA**

VER VIDEO

**POLLO ASADO**

VER VIDEO

**NUGGETS DE POLLO**

VER VIDEO

**MOLE DE OLLA TRADICIONAL**