

GoDaddy

Hospitalidad mexicana

Tradición y nuevos sabores
en diez mesas



Hospitalidad mexicana

Tradición y nuevos sabores
en *diez* mesas



Telgo Aragón s/n. 2. 25. Col. La Guadalupe,
México, D. F., C. P. 18020
porunajuventudconsciente@gmail.com



Av. México s/n. 576, Col. San Jerónimo Anáhuac,
México, D. F., C. P. 18400
(55) 56 52 61 12 y 55 68 68 77
elnaranjo@clubinternet.com.mx

Primera edición 2006

Segunda edición 2008

© Florencia Benavides Arredondo, Ana Laura Delgado
Ramos y Diana Jacaman Casavari

D. R. © Segunda edición en español, publicación
por una Juventud Consciente, A. C.

ISBN 978-968-5389-68-6

Reservados todos los derechos.

Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra,
en cualquier medio, sin el permiso escrito de los titulares
de los derechos.

Impreso y hecho en México

Hospitalidad mexicana

Tradición y nuevos sabores
en diez mesas

RECETARIO

Florencia Benavides de Laborín
Ana Laura Delgado
Diana Jacaman

FOTOGRAFÍA

José Ignacio González Manterola

Agradecimientos

Por su hospitalidad

Domingo y Conchita Arellano de Benavides,
Margarita Garza Sada de Fernández, Diana Jacaman de Salde,
María Eugenia Ramírez España de Guajardo, Nilda Sada de Guzmán
y Rosa María Madrazo.

Por su apoyo

Verónica Salazar de Acuña, Lucero Aspe de Artigas, Lourdes Ávila,
Aurea Escinas de Amat, Mary Carmen Flores de Domamaría,
María García Guerrero, Dolores de Jesús Hernández,
Sooroo de Jesús Hernández, Teresita Gómez de Laborín,
Connie Méndez Zorrilla, Lidia Mendoza Cruz, Magdalena Gil de Muriel,
Maricarmen Miranda, Gabriela Padilla Mota,
Blanca Isabel Robledo de Fonticoba, Arnolfo Rodríguez Plasencia,
Maruca Rodríguez de Suberville, Lourdes Román Sorman,
Susana Aguirre de Ruiz, Jorge Velarde Benavides y Fernat.

Índice

9 *Presentación*

11 *En el campo*

- 14 Ensalada de pato con jamaica y cebolla caramelizada
- 17 Crema de piñón con flor de calabaza
- 18 Lomo de cerdo con pimientos y pitaya
- 21 Corazines de durazno a la cajeta

23 *El placer de compartir*

- 27 Ensalada de berenjenas, cabuchos,
semillas de calabaza y granada
- 29 Sopa de mejillones con cilantro al vino blanco
- 33 Chile ancho relleno de cangrejo con salsa de piñón
- 33 Tartaléctas de queso y guayaba con chocolate

35 *Al aire libre*

- 38 Tamaños de chapulines con hongos clavito
- 40 Sopa de huauzontle con albondiguitas de pollo
al cacahuete
- 42 Filete de venado en salsa maya
- 44 Nieve de zapote negro con naranja caramelizada

47 *Disfrutando del mar*

- 50 Cebiche de pescado tropical
- 53 Sopa de coco con plátanos fritos
- 54 Camarones a los tres chiles y avellanas
- 57 Mousse de sándia con coaila de kiwi

59 *Tradición y elegancia*

- 62 Camatas de pasta filo con camarón y angulas
- 65 Sopa de ajo con nopalitos al sazón
- 68 Gallinitas al licor de tequila con uvas verdes
- 69 Nido de chocolate con mango flameado

71 *Color y sabor*

- 74 Calamares rellenos de pan de aguaate al cilantro
- 77 Sopa de pimiento rojo
- 78 Chuletas de cordero con costra de almendra
- 81 Buñuelos con manzana y popurrí de nuez

83 *Comida rápida*

- 87 Chile pailla relleno de castañas
- 88 Caldillo de hongos y setas al vino
- 91 Salmón relleno de queso de cabra con salsa de besa
- 92 Tarta tatin de bigos con macadamia

95 *Comida en la terraza*

- 96 Nopales rellenos de morillas en salsa de almendra
- 101 Crema de aceitunas con amaranto al jerez
- 102 Filete de res al cacahuete
- 104 Duke de mamey con pasta filo

107 *En el Día de Muertos*

- 110 Lasada de calabaza y queso
- 113 Chile relleno de tamal
- 114 Pescado María
- 117 Duke de camote morado y pan de muerto

119 *Celebración navideña*

- 122 Chile pailla relleno de alcachofas y bacalao
en tomate verde
- 125 Sopa de betabel con curry
- 126 Pavo en mole de anísomato
- 128 Pinos de Navidad rellenos de queso y macadamia

130 *Regalos felices*

132 *Consejos*



Presentación



Hospitalidad mexicana es un libro que pretende comunicar a través de diez mesas y sus menús una muestra de nuestra evolución culinaria. Cuarenta recetas mezclan colores y texturas con sabores atrevidos en la búsqueda permanente de agradar a nuestros invitados. Los mexicanos disfrutamos convivir alrededor de la mesa, es una tradición heredada de generación en generación que nos hace especiales.

Al acompañarnos en este recorrido gastronómico estás apoyando una obra que nos sentimos muy orgullosos de impulsar. Nuestro principal objetivo en la Fundación por una Juventud Consciente ha sido educar en materia de sexualidad, crear una conciencia alrededor de los riesgos en el consumo de alcohol y drogas, así como transmitir el valor del amor de pareja y el de la familia a la población en general, pero especialmente a los jóvenes, maestros y padres de familia.

El manejo de la sexualidad, las drogas y el alcohol son problemáticas que se han acentuado en los últimos años en México. Por lo tanto, desde 1999, un grupo de voluntarias hemos realizado congresos en diferentes ciudades de la República, desde Tijuana y Mexicali hasta Tuxtla Gutiérrez y Chetumal, a los que han asistido más de cincuenta mil personas, apoyados por conferencistas reconocidos a nivel mundial, entre los cuales destacan varios mexicanos.

En la Fundación por una Juventud Consciente nos da mucho gusto que nos permitan, a través de esta combinación de espacios e ingredientes, participar en tu mesa, al mismo tiempo que apoyas esta obra tan importante para el futuro de México: nuestros jóvenes.

Florencia Benavides de Laborín

Fundación por una Juventud Consciente, A. C.



En el campo



Ensalada de pato con jamaica y cebolla caramelizada

Crema de piñón con flor de calabaza

Lomo de cerdo con pimientos y pitaya

Corazones de durazno a la cajeta



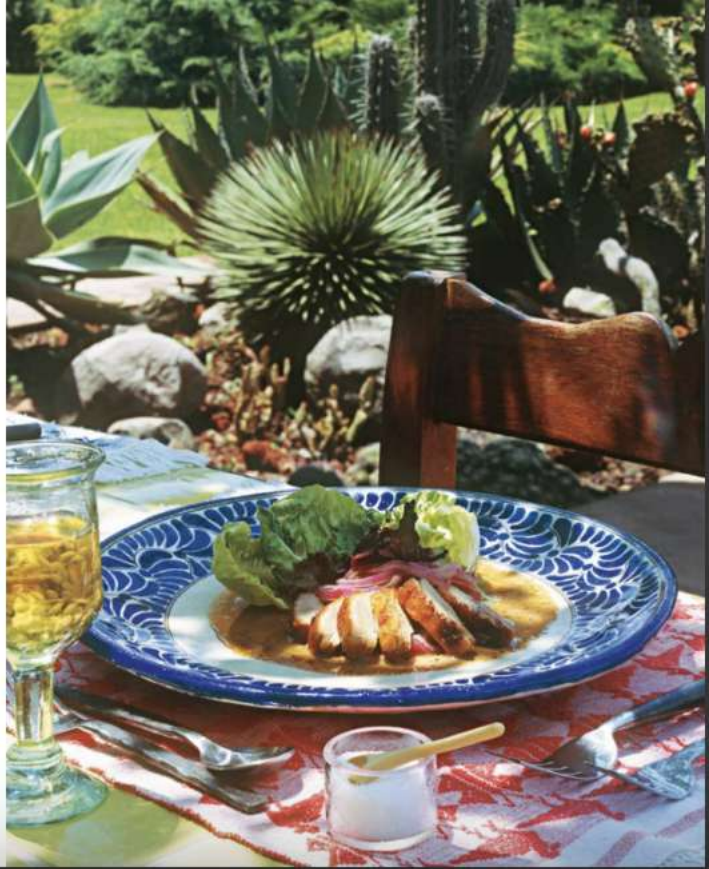
ENSALADA DE PATO CON JAMAICA Y CEBOLLA CARAMELIZADA

Ingredientes

Un pato de 1 kilo 700 gramos
o tres pechugas magret de pato
Sal y pimienta, al gusto
140 gramos de mantequilla
5 cebollas moradas medianas
½ taza de azúcar morena
¾ de taza de vinagre de vino blanco
3 huevos
4 cucharadas de mayonesa
3 cucharadas de mostaza
antigua de Dijon
2 cucharadas de anchoas
3 cucharaditas de ajo
3 cucharadas de salsa inglesa
3 cucharadas de vinagre de vino tinto
½ taza de vinagre balsámico
Jugo de 3 limones
2 cucharaditas de paprika
o pimentón dulce
Sal, al gusto
1½ tazas de aceite de oliva
4 cucharadas de agua caliente
½ taza de queso parmesano
o lechuga parmesana
1 taza de hojas de jamaica

Para 12 personas

- Retire las menudencias del pato, límpielo y sazónelo con sal y pimienta por dentro y por fuera. Untelo con 50 gramos de mantequilla.
- Precaliente el horno a 150 °C (300 °F).
- Antes de cocinar el pato, corte el exceso de grasa de la cola y de la cavidad. Coloque el ave con la pechuga hacia arriba sobre una rejilla montada en una charola para hornear, para que se escurra la grasa mientras se está horneando. Pinchelo con un tenedor.
- Coloque el pato en el horno y déjelo asar durante 1 hora o hasta que esté bien dorado. Es muy importante que quede así, ya que la piel crujiente es más sabrosa y el color es muy apetitoso. Déjelo reposar antes de cortar.
- Si prefiere utilizar pechugas magret de pato practique unos cortes en forma de rombo sobre la piel de la pechuga ya deshuesada y preparada.
- Sazone con sal y pimienta. La pechuga se puede freír en su propia grasa colocándola en una sartén, a fuego medio, con la piel hacia abajo.
- Fríala de 3 a 5 minutos aplastándola contra la sartén. Déle la vuelta y fríala otros 3 o 5 minutos. Retire del fuego, tape y deje reposar antes de rebanar.
- Para preparar las cebollas caramelizadas, derrita el resto de la mantequilla y cristalice las cebollas previamente cortadas en rodajas muy finas.
- Poco a poco, agregue el azúcar morena, y finalmente, añada el vinagre de vino blanco. Reserve.
- Para elaborar la vinagreta, pase por agua hirviendo los huevos durante unos segundos. Separe las yemas y descarte las claras.
- Mezcle muy bien las yemas, la mayonesa, la mostaza, las anchoas desbaratadas, el ajo picado, la salsa inglesa, el vinagre de vino tinto, el vinagre balsámico, el jugo de limón, la paprika y sal al gusto.
- Agregue el aceite y el agua, y bata vigorosamente. Finalmente, añada el queso parmesano rallado.
- Para servir, coloque en cada plato lechuga al gusto. Bañe con 3 cucharadas de la vinagreta a temperatura ambiente. Acomode el pato rebanado, acompañado de la cebolla caramelizada caliente, y adorne con las hojas de jamaica fritas y crujientes.





CREMA DE PIÑÓN CON FLOR DE CALABAZA



Ingredientes

1 kilo de flor de calabaza
Aceite de oliva, el necesario
45 gramos de mantequilla
1/2 cebolla
1/2 de taza de apio picado
350 gramos de piñón rose
150 gramos de queso crema
2 litros de consomé de res (p. 131)
1/4 de taza de jerez
1 cucharadita de curry
Sal y pimienta, al gusto
1/4 de litro de crema
2 chílo pasilla

Para 12 personas

- Desprendá cada flor de calabaza de su tallo y retire los pistiños. Reserve 12 flores y lave muy bien el resto.
- Fría las flores reservadas en aceite de oliva durante unos segundos, y escúrralas sobre toallas de papel absorbente.
- En una olla caliente, derrita la mantequilla. Acitrone la cebolla picada y dore el apio.
- Muela en la licuadora 300 gramos de piñón, el queso crema y 3 tazas de consomé de res.
- Vierta la mezcla en la olla con la cebolla y el apio. Cuele por un tamiz delgado para dejar tersa la sopa.
- Regrese al fuego y agregue el resto del consomé, el jerez y el curry en polvo. Deje cocinar durante 20 minutos a fuego lento. Agregue las flores de calabaza que no se frieron.
- Sazone con sal y pimienta al gusto. Añada la crema y revuelva bien.
- Derrita 2 cucharadas de mantequilla y fría ligeramente el resto de los piñones.
- Sirva caliente y adorne cada plato con los piñones que se reservaron, una flor de calabaza frita y chile pasilla en juliana.

LOMO DE CERDO CON PIMIENTOS Y PITAYA

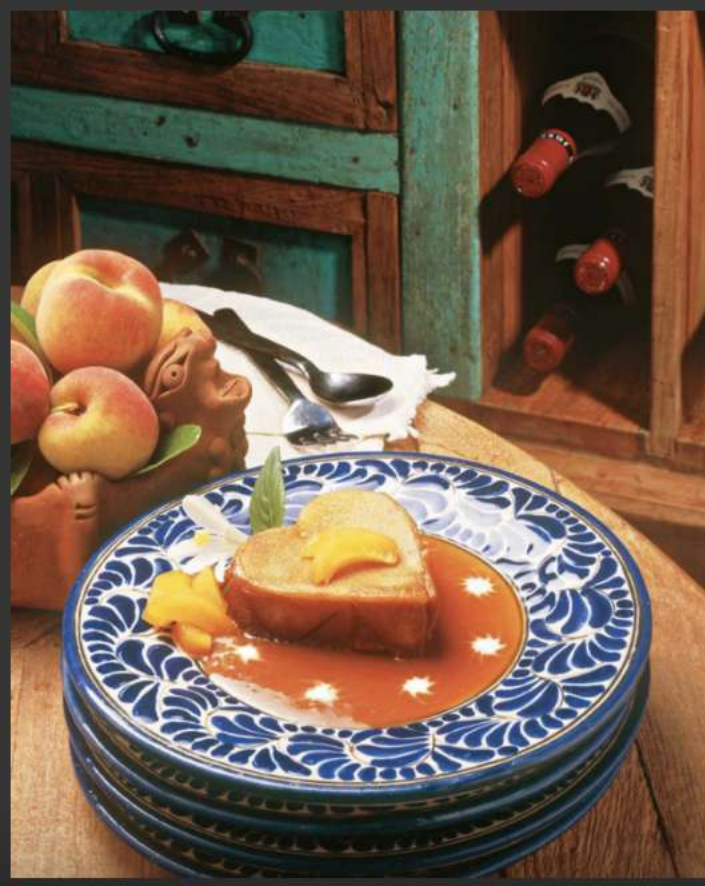
Ingredientes

2½ kilos de pierna o lomo de cerdo
10 dientes de ajo medianos
1½ cucharaditas de orégano
3 cucharadas de salsa inglesa
5 cucharadas de mostaza
½ taza de vinagre de manzana
Sal gruesa, al gusto
1 cucharadita de pimienta molida
2 tazas de vino blanco
1 taza de consomé de res,
opcional (p. 131)
4 cucharadas de aceite de oliva
2 chalotas
4 pimientos morrones,
uno de cada color
6 pitayas

Para 12 personas

- En una pava coloque la carne, sin sazonar, y hornee destapada a 200 °C (400 °F) durante 45 minutos o hasta que esté dorada. Retire del fuego y deje enfriar un poco.
- En un molcajete o mortero muele los ajos, una cucharadita de orégano, la salsa inglesa, la mostaza, el vinagre, sal y pimienta. Unte el lomo con el aderezo y tápeló.
- Hornee a 160 °C (320 °F), en la pava destapada, aproximadamente 2 horas o hasta que el lomo este suave.
- Cuando la carne lleve una hora de cocimiento, agregue el vino blanco y báñela con su propio jugo de vez en cuando. Si se consume el jugo, puede agregar 1 taza o más de consomé de res. Deje enfriar y rebane.
- Caliente el aceite de oliva, acitroné las chalotas rebanadas, agregue los pimientos morrones previamente desvenados y cortados en juliana, el resto del orégano y sal, y fría a fuego medio durante 15 minutos.
- Pele las pitayas y rebándelas (también, según la temporada, puede utilizar tunas, higos o granadas).
- Para servir, caliente la carne y acompáñela de la pitaya y la juliana de pimientos. Báñela con el jugo que soltó la carne al cocinarla.





6 CORAZONES DE DURAZNO A LA CAJETA



Ingredientes

1 *Año de duraznos sin hueso*
o 1 *Año de piña*
160 gramos de mantequilla
400 gramos de mermelada de durazno
o de piña (p. 131)
½ taza de vino blanco dulce
3 cucharadas de azúcar morena
1 taza de cajeta quemada
½ taza de nuez tostada
3 rajas de canela
36 rebanadas de pan de caja blanco
½ cucharadita de vainilla
1 taza de crema

Para 12 personas

- Para preparar el relleno, derrita 4 cucharadas de mantequilla y cueza a fuego medio el durazno troceado o la piña cortada en trozos pequeños. Agregue la mermelada, el vino blanco, el azúcar, ½ taza de la cajeta, la nuez picada y la canela hasta que obtenga una mezcla blanda. Retire la raja de canela.
- Recorte la corteza del pan. Corte 24 rebanadas con la forma de corazón o de estrella. Parta el resto de las rebanadas en 4 triángulos.
- Compacte con un rodillo el pan hasta dejarlo delgado.
- Derrita la mantequilla y unte, con una brocha, cada pan cortado.
- Coloque el pan siguiendo la forma del molde de corazón o estrella y en los costados acomode los triángulos en forma encontrada.
- Vacíe el relleno de fruta y cubra de nuevo con una capa de pan. Cuidé de sellar bien las orillas del molde.
- Meta al horno, precalentado a 180 °C (350 °F), durante 20 minutos o hasta que dore el pan.



- Para hacer la crema, caliente a fuego bajo el resto de la cajeta moviendo para que no se pegue.
- Añada la vainilla y la crema. Cuidé que no hierva para que no se corte.
- Para servir, coloque en un plato un corazón bañado con la crema de cajeta tibia y adorne con fruta fresca.



Recetas básicas

FONDO DE PESCADO

Ingredientes

- 5 litros de agua
- 1 kilo de cabezas de pescado
- 1 cebolla grande
- 1 taza de ajo
- 1 taza de zanahoria
- 1 taza de coliflor
- 1 taza de papa
- 1 manojo de tomillo, laurel y perejil
- 5 cucharadas de sal gruesa
- 2 litros de hueso

- Lave las cabezas y las espaldas de pescado, y pégalas a cocinar en el agua a fuego fuerte para cocinar en un fuego pequeño, las cabezas de olor y la sal durante 20 minutos (no lo deje más tiempo porque el caldo se amarga). Mezclara para la cocción, espere constantemente las impurezas que se forman.

- Cuele el caldo y clarifíquelo. Bata dos claras de huevo, agrégalas en hilo, mezcla y deje hervir el caldo durante 3 minutos. Pase el caldo por un tamiz delgado para recoger las impurezas.

El caldo rinde aproximadamente 2½ litros. Se puede congelar, y disponer de él cuando se requiera.

Ingredientes

- 2 kilos de hueso de res con carne
- 2 zanahorias medianas
- 1 coliflor grande
- 1 papa papato
- 2 tazas de agua
- 3 litros de agua con hielo
- 4 cucharadas de sal de perejil
- 3 granos de pimienta
- 2 cucharaditas de mostaza fina
- 2 cucharaditas de laurel fino
- 2 cucharadas de coliflor sal de grano, al gusto
- 4 litros de agua

CONSOMÉ DE RES

- Coloque la carne, las zanahorias, la coliflor y el poco en una bandeja grande para hornear.

- Cocine en el horno a 200 °C (400 °F) durante 45 minutos o hasta que la carne y las verduras se doren. Retire los ingredientes horneados y coléguelos en un colador grande.

- Añada 2 tazas de agua a la bandeja donde se horneó la carne y píngala sobre la hornilla de la estufa hasta que hierva, esto es para recoger todos los jugos.

- Vierta los jugos en la olla que tiene la carne y las verduras. Agregue el agua, el perejil picado, los granos de pimienta machacados, las hierbas de olor picadas, el coliflor picado y la sal.

- Agregue el limo de agua fría de la hervir a fuego lento. Como una espumadera, clarifique el caldo cuidadosamente mientras hierva durante 10 minutos.

- Baje el fuego y deje que se cueza por 4 horas. Si es necesario, añada más agua para que los huesos estén siempre cubiertos.

- Cuele el consomé cuando se haya enfriado a 2 litros y clarifíquelo.

CALDO DE POLLO

Ingredientes

- 750 gramos de hueso, Anacard y trozos de pollo
- 150 gramos de coliflor
- 150 gramos de ajo
- 150 gramos de zanahoria
- 1 kilo entero
- 1 manojo de hierbas aromáticas
- 2 dientes de ajo blancos picados
- 6 granos de pimienta
- 10 litros de agua

- Hítape los huesos y los trozos de pollo, pata en trozos medianos la coliflor, el ajo y la zanahoria y píngalos a hervor con el resto de los ingredientes, en 2½ litros de agua.

- Cueza a fuego alto y cuando rompa el hervor cueza a fuego lento de 2 a 3 horas. Espere constantemente las impurezas que se forman.

- Cuele el caldo y clarifíquelo. Se obtiene aproximadamente 1½ litros.

MAYONESA

Ingredientes

- 1 huevo
- 1 cucharada de mostaza
- 1 taza de aceite
- Sal de grano, al gusto
- 1 taza de aceite de maíz o de oliva

- En un bote con tapa, que tenga un orificio lo suficientemente grande para poder introducir un procesador pequeño, agregue el huevo y empiece a batir.
- Añada la mostaza, el jugo de los limones, el azúcar y la sal.
- Finalmente, vierta poco a poco, sin dejar de mezclar la taza de aceite.

MERMELADA DE FRUTA

Ingredientes

- Agua, la necesaria
- 450 gramos de azúcar
- 1 kilo de fruta (durazno, pera, ciruela, pera, etcétera)

- Ponga el azúcar y el agua caliente en una olla de fondo grueso a fuego bajo. Remueva la mezcla hasta que el azúcar se disuelva.

- Para un almibar ligero, hierva 1 minuto. Agregue la fruta y mezcle de que esté totalmente sumergida.

- Escuele la fruta hasta que esté blanda, de 10 a 15 minutos.
- Saque la fruta con una espumadera. Hierva un poco más el almibar para que reduzca, cuéldelo y viértalo sobre la composta de fruta.

- Mezcle la mermelada en el procesador con el almibar hasta que tenga consistencia de mermelada o puré.

Consejos

Acete de oliva. Existen distintas calidades en el acete de oliva, por lo que se recomienda utilizar de tipo extra virgen en sus platos.

Blanquear. Para blanquear verduras, por ejemplo, se sumergen en agua hirviendo y luego se pasan a agua helada para detener la cocción. En el caso de algunas carnes y huesos se blanquean para eliminar las impurezas o sabores amargos.

Bouquet garni. Cuando haga caldos utilice un manojito de hierbas aromáticas o bouquet garni.

Cabachos. Son unos pequeños botones de cactus de las regiones desérticas. Tienen un sabor delicado y se recomienda como un complemento ideal para ensaladas.

Caramealizar. Para intensificar el sabor de algunos alimentos como hortalizas, legumbres, carnes, aves o pescados, se recomienda en algunos casos, dorarlos a fuego lento en un proceso que se conoce como caramealizar o cristalizar.

Clarificar. Para limpiar de impurezas los caldos preparados, lúta 2 claras de huevo y agrégalas al caldo previamente colado. Deje hervir durante 5 minutos o hasta que las claras se impregnen de las impurezas. Pase el caldo por un tamiz delgado.

Condimento de hinojo. Éste y el ajohte son concentrados de especias que vienen en pasta. Se utilizan en la cocina yucateca y se consiguen en el supermercado.

Cornish Hen. Si quiere servir el ave individualmente son preferibles éstas sobre las gallinitas de Guineo, que son más grandes.

Cortar. Existen varias técnicas para cortar verduras, frutas u hortalizas, una de ellas es en juliana, otra, en tiras delgadas, y otra es en brunoise o en daditos muy pequeños.

Crema. Siempre es más sabrosa la de rancho, y tiene una consistencia espesa.

Chile pasilla oaxaqueño. En México existen muchas variedades de chiles secos, entre ellos el pasilla del que se conocen dos variedades. El pasilla oaxaqueño es pequeño, rojo oscuro y picante y el pasilla mexicano es largo, casi negro y poco picante. En la receta de los tamaños de chapulines con setas se recomienda utilizar el chile pasilla oaxaqueño.

Dorurar. Siempre que utilice chiles o pimientos dulces en sus platos retire las semillas y dorúvalos.

Ensalzar. Este procedimiento consiste en sumergir los alimentos y cocinarlos en un líquido justo antes del punto de ebullición.

Espumar. Cuando ponga a hervir caldos o salsas retire la espuma que se forma en la superficie.

Fondos. Para aromatizar líquidos o salsas de sabor delicado se recomienda usar fondos de ave, de borlino o el fondo de pescado que es un caldo aromatizado que habitualmente se prepara con las espaldas y la cabeza del pescado.

Gremolata. Es importante que disuelva la gelatina sin sabor en polvo o en láminas en líquido frío antes de utilizarla para que se moque bien. Deje reposar la gelatina 5 minutos y póngala a calentar a baño María. No la deje hervir, ya que quedaría pegajosa.

Mantequilla clarificada. Ponga en un cazo pequeño la mantequilla, caliéntela a fuego suave durante unos minutos y retire la nata que se forma en la superficie. Deje reposar un poco para que se asienten los residuos y vierta en un frasco. Con este procedimiento la mantequilla no se quema al freír los alimentos.

Margarina feite. Tiene más grasa que la comercial y es la que se utiliza para elaborar la pasta de hojaldre. Se consigue en tiendas especializadas de repostería o en pastelerías.

Marinar. Para marinar o macerar se recomienda poner los alimentos en un líquido muy aromatizado. La marinada da sabor, jugosidad e, incluso, suaviza la carne.

Milanesas. Son tomates verdes pequeños con cáscara, características del estado de Oaxaca.

Pato. Para eliminar el exceso de grasa, sumerja el pato crudo unos minutos en agua hirviendo. Cuelgue el ave durante 1 hora para que escurre la grasa.

Pimentón. Ya sea blanco o de colores, conserva su sabor recién molido.

Pimientos. Para retirar la piel de los pimientos y chiles, con facilidad, ávelos hasta que la piel esté quemada. Póngalos en una bolsa de plástico amada y deje enfriar. Sáquelos de la bolsa y levante la piel con un cuchillo filoso.

Precalentar. Es recomendable precalentar el horno unos 20 o 30 minutos antes de usarlo.

Saltar. Las palabras *saltar* y *sofreír* se utilizan casi como sinónimos, sin embargo, aunque ambos significan freír a fuego fuerte, *saltar* es freír a fuego fuerte removiendo los alimentos, "haciéndolos saltar".

Sellar. Para cocinar los jugos de una carne, ya sea pollo, res o pescado, se sella o dora la parte externa y se deja el interior rojo o semicurado.

Vino Menor. Utilice un vino seco y de gusto fino en sus recetas para las comidas saladas y vino dulce para los postres.

Índice alfabético

- 81 Buñuelos con manzana y popurrí de nuez
- 74 Calamares rellenos de paté de aguacate al cilantro
- 88 Caldo de hongos y setas al vino
- 101 Caldo de pollo
- 54 Camarones a los tres chiles y avellanas
- 42 Camasitas de pasta filo con camarón y angulas
- 30 Cebiche de pescado tropical
- 39 Chile ancho relleno de cangrejo con salsa de piñón
- 122 Chile pasilla relleno de alcachofa y bacalao en tomate verde
- 47 Chile pasilla relleno de castañas
- 113 Chile relleno de tamal
- 78 Chuletas de cerdo con costra de almendra
- 131 Consomé de res
- 21 Corazoncitos de durazno a la cajeta
- 81 Crema de aceitunas con amaranito al jerez
- 17 Crema de piñón con flor de calabaza
- 117 Dulce de caniste morado y pan de muerto
- 104 Dulce de maney con pasta filo
- 29 Ensalada de berenjenas, calabaces, semillas de calabaza y granada
- 15 Ensalada de pato con jamaica y cebolla caramelizada
- 103 Fidele de res al cacahuete
- 42 Fidele de venado en salsa maya
- 131 Fondo de pescado
- 86 Gallinitas al licor de tequila con uvas verdes
- 130 Lasaña de calabaza y queso
- 18 Lomo de cerdo con pimientos y pitayo
- 131 Mayoonesa
- 131 Mermelada de fruta
- 37 Mousse de sandía con coulis de kiwi
- 49 Nido de chocolate con mango flameado
- 84 Nieve de rapote negro con naranjas caramelizada
- 99 Nopaltitos rellenos de morillas en salsa de almendra
- 126 Pavo en mole de añilano
- 104 Pescado María
- 129 Pinos de Navidad rellenos de queso y macadamia
- 91 Salmón relleno de queso de cabra con salsa de fresa
- 65 Sopa de apio con nopaltitos al azafrán
- 125 Sopa de berabel con curry
- 53 Sopa de coco con plátanos fritos
- 41 Sopa de huauzontle con albondiguitas de pollo al cacahuete
- 29 Sopa de mejillones con cilantro al vino blanco
- 77 Sopa de pimiento rojo
- 18 Tamaños de chapulines con hongos daveño
- 62 Tarta tatín de higos con macadamia
- 33 Tartaletas de queso y guayaba con chocolate



Historia del proyecto

Historia de Benavente de Lobos
 Ciudad Vieja y Altiplano
 Ara Lanza Delgado
 Cuchido de la oficina
 Ximena Girasola
 Sonia Zúñiga

Recetas

Historia Benavente de Lobos
 Ara Lanza Delgado
 Diana Jacaman
 Gerencia de estilo
 Ximena Girasola
 Roserío Pérez

Atención al cliente

Juliana Ojeda

Atención

Luz Hernández

Atención

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Atención al cliente

Patricia

Vistas

De campo

Teléfono de Oficio, Puebla, Puebla

El lugar de campo

Vitrey & Bouch, Lumbago

Alcance

Rosario y Jirón, Toluca, México

Deportes de agua

Rosario y Jirón, Toluca, México

Tradiciones y elegancia

Teléfono de Oficio, Puebla, Puebla

Café y saber

Teléfono de Oficio, Puebla, Puebla

Comida orgánica

Patricia de José Benítez Caspechano, Toluca, México

Comida orgánica

Teléfono de Oficio, Puebla, Puebla

De Oficio de México

Comida orgánica de Oficio, Casapueblo, Casapueblo, Casapueblo

Comida orgánica

Vitrey & Bouch, Lumbago a través de Oficio, Puebla, Puebla

Atención al cliente

Atención al cliente de Oficio, Casapueblo, Casapueblo, Casapueblo

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Comida orgánica

Patricia

Hospitalidad mexicana

Tradición y nuevos sabores
en *diez* mesas



Ofinas Belvodes, S. A. de C. V. imprimió este libro en la Ciudad de México, en el mes de abril de 2018. Se utilizó papel couché de 170 gramos para los interiores y cartulina de 250 gramos para los forros, con encustación en pasta dura. En la composición tipográfica se utilizaron las familias Minion y Cadena No. 500. El cuidado de la impresión estuvo a cargo de Ediciones El Nisargo.

Esta impresión consta de 5 000 ejemplares.



Tiempo de compartir
por México
FUNDACIÓN

amanac
Por amor a las cosas

COMITÉ DE FUNDACIÓN
FUNDACIÓN
AMNAC

ingenium
SOLUCIONES Y SERVICIOS

HumanaMente
CONSEJO DE FUNDACIÓN