



## TORTILLA

*El maíz se había reblandecido toda la noche en un barreño, en el agua con tequesquilt. Ahora la mujer lo molería —como Quilaztli, la germinadora, molió los huesos del padre Quetzalcóatl— en el metatl. Bajaría con el metlapil las oleadas del nixtamal —espuma blanquísima deslizada sobre el mar negro y firme del metatl— una y otra vez, hasta la tersura, mientras la leña chisporroteaba en el tlecuil, bajo el comalli. Luego, con las pequeñas manos húmedas, cogería el testal para irlo engrandeciendo a palmadas rítmicas, adelgazando, redondeando hasta la tortilla perfecta que acostar, como a un recién nacido, sobre el comalli sostenido en alto en tres piedras rituales por Xiuhtecuhtli, por el dios viejo del fuego.*

*La tortilla se inflaría como si hubiera cobrado vida, como si quisiera volar, ascender; como si Ehécatl la hubiera insuflado. Era el momento de retirarla dulcemente del comalli; cuando ya tuviera, sobre la carne de nuestra carne, de nuestro sustento, una otra delicada epidermis. El momento de ponerlas una sobre otra, como otros tantos pétalos de una flor comestible, en el tanate.*

Salvador Novo.

*Del maíz hacían su pan, distinto en todo del pan de Europa. Cocían el grano en agua con cal, ya blando*

*lo frotaban entre las manos para quitarle el hollejo; después lo molían en el metate; tomaban un poco de aquella pasta y, amasándola con golpes recíprocos en ambas palmas, formaban una tortilla orbicular y le daban un último cocimiento en el comal. El diámetro de las tortillas era regularmente de unos 8 dedos y su grosor de más de una línea; pero las hacían también más pequeñas y más delgadas, y para los señores las formaban tan sutiles como nuestro papel. Solían mezclar al maíz algunas otras cosas o para la salud o para las delicias. Para la gente principal solía hacerse el pan de maíz colorado amasado con la hermosísima flor de lino y algunas otras hierbas medicinales para templar el calor del estómago.*

*Este pan es el que usaron los mexicanos y demás naciones de aquel vasto imperio en tiempo de su gentilidad, y que constantemente han usado hasta el día presente, desechando por él el mejor pan de trigo. La fábrica de pan (como de toda su comida) ha sido en todo tiempo en aquellas naciones empleo propio de las mujeres. Ellas eran las que lo fabricaban para sus familias y las que lo vendían en el mercado. No solamente les servía el maíz para pan, sino también para innumerables manjares y bebidas en diferentes mezclas y preparaciones.*

*Usos: raíces y base de los tallos, sirven de abono dejándolas en el terreno; tallos tiernos y verdes, para*

forraje; los tallos se venden y consumen como los de caña de azúcar; los antiguos indios extraían miel de la caña del maíz; tallos y hojas secas, para fabricar papel y forraje; las brácteas y las espigas sirven para envolturas de cigarros y de tamales; reducidas a tiras angostas, para hacer colchones; los granos de la mazorca tierna se comen hervidos y como legumbre; desgranados y tostados con sal son los llamados esquites. Los granos maduros tienen innumerables aplicaciones: tortillas, atoles, tamales, pozoles, pinoles, torta de maíz, etcétera.

#### MODO DE PREPARAR EL PAN DE MAÍZ

Ablandan de la manera dicha los granos de maíz, los muelen después y forman entre las palmas de las manos unas tortillas delgadas y de mediana circunferencia, que van cociendo inmediatamente en un comalli puesto sobre brasas; es éste el modo más común y frecuente de preparar el pan de maíz. Hay quienes fabrican estas tortillas tres o cuatro veces más grandes y también más gruesas; hacen también de la masa bolas semejantes a melones, y las echan a cocer en una vasija sobre el fuego mezclándoles a veces frijoles; las comen con placer, pues son sumamente suaves, de fácil digestión y de sabor agradable; algunos hacen estos panes de un palmo de largo y cuatro dedos de grueso, mezclándoles frijoles, y los asan en el comalli. Mas para los indios

principales suelen prepararse tortillas de maíz colado, tan delgadas y limpias que son casi transparentes y como de papel; también pequeñas bolas de maíz colado, que no obstante su espesor son enteramente translúcidas; pero estas cosas son sólo para los ricos y principales. Tampoco es agradable el pan que se prepara y cuece en la llamada barbacoa: los indios llamados chichimecas, gente fiera, bárbara e indómita que vive no muy lejos al norte de la ciudad mexicana, y que vaga errabunda por montes y campos cubriendo con pieles sólo algunas partes de su cuerpo y alimentándose, como los escitas o como las bestias, solamente de la caza y los frutos de algunos árboles silvestres nacidos espontáneamente, cuando quieren cocer carnes cavan hoyos en la tierra misma, los tapizan con piedras ardiendo, colocan en medio las carnes envueltas en masa de grano indio, las cubren luego con otras piedras calientes y con tierra, y las dejan así el tiempo necesario para que se cuezan perfectamente; las sacan ya cocidas, y encuentran en ellas y en el pan preparado de esta manera gran placer y utilidad. Comenzó a introducirse esta costumbre hace tiempo entre los españoles residentes en México, de suerte que hemos podido realizar el experimento y no ha quedado oculto para nosotros nada de lo que se refiere a las delicias y gloria del paladar. Diremos por último que tuestan también las espigas de maíz o las cuecen con las carnes, y de uno y otro modo comen los granos con mucho gusto.

Francisco Javier Clavijero

## QUÉ BUSCAR EN UNA BUENA TORTILLA

Debe ser de maíz blanco (olvidemos el azul por el momento), opaca, harinosa, ni muy delgada ni muy gruesa y con manchas color café que indican que está cocida (muchas se ven medio crudas).

## TIPOS DE TORTILLA QUE HAY QUE EVITAR

- Las de color amarillo sucio y olor amargo. Se agregó demasiada cal al agua de cocimiento.
- Tortillas demasiado delgadas, transparentes y chiclosas, lo que significa que se le agregó harina de trigo a la masa.
- Tortillas de masa azul que se desmoronan con sólo verlas. El maíz para la masa no fue tratado adecuadamente para hacer tortillas.
- Tortillas congeladas que se hacen tiesas como cartón.

Con estos criterios en mente, hay mucho de donde escoger.

## ELECCIÓN DE LAS TORTILLAS

- Compre masa fresca en una tortillería y hágalas usted.
- Compre maíz seco y prepare su propio nixtamal que le molerán en una tortillería y haga sus propias tortillas.
- Haga lo anterior pero muélalo usted mismo.
- Use masa seca, mézclela con agua, y haga las suyas propias.
- *Compre buenas tortillas congeladas (evite las que tienen aditivos).*
- *Compre buenas tortillas empacadas en un supermercado, o en una tortillería si vive en algún área con población mexicana.*
- *Compre masa congelada, ahora disponible en muchos mercados mexicanos en Estados Unidos y haga las suyas.*

*Nota:* Si compra masa fresca y hace sus propias tortillas probablemente la masa le será vendida aún caliente en una bolsa de plástico. Separe de inmediato la cantidad que desee usar. Divida el resto, digamos en cuatro porciones, pese cada porción, aplánelas (es conveniente para su almacenamiento) y envuélvalas para congelarlas con el peso marcado claramente. La masa fresca tiende a agriarse si se refrigera más de uno o dos días.

*Una última observación:* La masa agria no hace daño. Sólo tiene un sabor y olor ligeramente desagradables.

### *La cal*

Esta cal químicamente pura, óxido de cal, se utiliza en la preparación del maíz seco para hacer tortillas y masa para tamales. Generalmente se vende en forma de piedra de diversos tamaños. Para utilizarla en este estado, quíbreala y tome un pedazo tan grande como una pelota de golf (cuando adquiriera alguna experiencia puede calcular con mayor exactitud) y tritúrelo tanto como le sea posible. Salpíquela con agua fría. Empezará a apagarse, o a quemarse como dicen los mexicanos, y eso es exactamente lo que hace. Empieza a desmoronarse emitiendo un ligero silbido, despidiendo un vapor. Si coloca la mano sobre el recipiente que está usando puede sentir el calor que emana de él. Cuando cesa entonces la cal queda apagada. Revuélvala otra vez y cuele el líquido lechoso sobre el maíz y el agua ya en la olla (p. 26). Pruebe el agua: debe tener un sabor ligeramente acre o, como dice la expresión mexicana, "agarrar la lengua". Si el agua está muy fuerte y amarga agregue más agua fría para diluirla. Si está muy ligera, usando la coladera añada más agua que contenga el residuo de la cal y pruébela de nuevo.

Como generalmente uno compra la cal por lo menos por kilo, puede romperse en pedazos más pequeños y almacenarse en frascos cerrados. Con el tiempo se apagará por sí sola con la humedad natural del aire. Todavía podrá usarla aunque se habrá convertido en un polvo con pequeños trocitos. Cuando le agregue agua para el nixtamal, ya no se quemará.

*Nota:* Cuando maneje cal tenga cuidado de que nada caiga cerca de los ojos y siempre use un recipiente anticorrosivo para diluirla.

#### *Preparación del maíz seco y confección de la masa*

Nixtamal es el nombre dado a los granos de maíz que han sido cocidos en una solución de cal y agua. Después de este paso los granos se muelen hasta formar una pasta suave llamada masa, lista para convertirse en tortillas, antojitos o tamales.

#### CÓMO ESCOGER EL MAÍZ

Cuando se compre maíz seco de cualquier color o tamaño asegúrese de que no esté picado por gorgojos, insectos que se entierran en los granos y se comen el contenido harinoso del centro. Si el maíz ya ha sido empacado, fácilmente se puede notar por el residuo polvoso que queda en el fondo de la bolsa. Los granos no deben tener ningún olor a humedad —ese olor indica que han sido almacenados en un lugar mojado, lo que afectará el sabor de las tortillas.

---

## NIXTAMAL

---

Proceso de "curación" del maíz con cal para la elaboración de tortillas.

## Nixtamal y la tortilla

### NIXTAMAL

- 1 kilo de maíz
- 2 litros de agua
- 2 cucharadas de cal

Se enjuaga el maíz y se le agrega agua para quitarle el tamo y el maíz podrido que sobrenada, se mueve y se le quita el agua, se pone en una olla de barro, se le agrega el agua y la cal recién apagada y disuelta en un poco de agua.

Se pone en poca lumbre para que el calor sea parejo, se mueve con una cuchara de madera, de cuando en cuando, revolviendo los granos de la parte superior. Se deja en el fuego hasta que se presenta el hervor, que debe ser lento con duración de algunos minutos; entonces se retira del fuego y se tapa, se deja reposar de un día para otro o hasta que esté frío. Se le tira el líquido de cocimiento o nejayote. Se le pone agua, se enjuaga, sin restregarlo, una o dos veces, hasta que el agua sale limpia, se escurre y se muele en molino, agregándole un poco de agua.

NOTA: Para saber si está a punto, se toma un grano entre los dedos y al restregarlo debe pelarse con facilidad.

### TORTILLAS Y TOTOPOS

Para hacer las tortillas se extiende una bola de masa en el metate, se amasa agregándole un poco de agua a dejarla de una consistencia que no se pegue en las manos para poder extender. Se junta la masa cerca del borde posterior del metate, se va extendiendo poco a poco; con la mano del metate se remueve al mismo tiempo que se va formando un borde grueso en la

orilla anterior del metate, del que se van tomando porciones con la mano, llamados textales, para golpearlos y a la vez extenderlos entre las palmas de las manos hasta que queden las tortillas delgadas y redondas, se van echando en el comal de barro o de lámina de hierro para cocerlas. Cuando la parte superior de la tortilla comienza a cuajarse, se voltea con la mano un poco húmeda. Esto se hace dos o tres veces para que el cocimiento sea completo y uniforme. Cuando está bien hecha la tortilla, el vapor levanta una tela delgada llamada cara, que al salir el vapor queda separada; ésta, en varias preparaciones, se despega para rellenar la tortilla.

La tortilla delgada y bien cocida se puede doblar y enrollar sin que se parta. Al sacar las tortillas del comal se van acomodando en recipientes adecuados, taxcales o chiquihuites, cubiertos con una servilleta de manta o un lienzo un poco grueso; al terminar de hacerlas se doblan las puntas del lienzo y se cubren bien las tortillas para evitar que se endurezcan durante el día, por rápida deshidratación.

Un kilo de maíz da aproximadamente 1 y 1/2 kilos de nixtamal; 1 600 gramos de masa de la que al dividirla en textales de 30 gramos cada uno, se obtienen 53 tortillas.

Al cocerse la masa pierde de un 10 a un 12% de agua. Algunas veces se le agrega a la masa sal y un poco de manteca antes de hacer las tortillas.

### RASPADAS O TOSTADAS

Se echa la tortilla al comal y cuando está lista para voltearla se saca por un momento para raspar con un cuchillo la cara que quede encima y que esté fresca, volviendo a ponerla al comal, de esta manera se deja hasta que se seca, después, en el bordo del comal, se dora.

horno de microondas: coloque una docena en una bolsa de plástico y caliéntelas 30 segundos. El tiempo depende del grueso de las tortillas. Si se están utilizando tortillas congeladas es mejor descongelarlas primero y recalentarlas de alguna de las maneras arriba sugeridas.

Para agregar algo pintoresco a este consejo más técnico a mí me gusta calentar un montoncito de tortillas, en familia, naturalmente, siguiendo el método que me enseñó un artista/artesano mexicano, Feliciano Béjar:

#### PARA RECALENTAR UN MONTONCITO DE TORTILLAS

Ésta es la manera de recalentar tortillas adecuada para un quemador de gas o eléctrico. Si se queman un poco por las orillas no importa, porque les añade sabor.

Coloque una tortilla sobre el quemador y caliéntela durante 5 segundos (más si es gruesa) y voltee la poniendo otra encima, déjelas 5 segundos más, volteee las dos juntas y ponga otra sobre éstas, continúe hasta que todo el montoncito haya sido calentado. Envuélvalas en una servilleta y llévelas a la mesa en un chiquihuite o un cesto.

## EL MAÍZ

### RECETAS A BASE DE TORTILLAS

#### *Totopos*

#### TOTOPOS FRITOS I

Estos cuadritos fritos de tortillas de maíz secas, los totopos, se sirven a veces sobre un tazón de sopa. En México se comen en *frijoles puercos* (p. 196 —versión michoacana) y en *chilaquiles* de Michoacán (p. 49). También pueden mezclarse con una ensalada justamente antes de servirla, agregarse a queso fundido, a huevos revueltos o servirse solos como botanas. También se pueden hacer delicados totopos de harina de trigo integral o una mezcla de maíz y trigo (p. 35).

Es mejor usar tortilla delgada para los totopos. Encime cuatro tortillas y corte las partes curvas para formar un cuadro grande. Luego córtelas en cuadritos de un poco más de 1 cm. Extiéndalos sobre una charola para que se sequen al sol en un lugar ventilado, o si tiene prisa hornéelos 40 minutos a 165° C.

Caliente como dos cms de aceite en un sartén pequeño (uno grande usa demasiado aceite), fría los cuadros de tortilla de poquitos en poquitos —se freirán más parejos y en menos tiempo. Voltéelos de vez en cuando hasta que obtengan un color café dorado —como 3 ó 4 minutos (dependiendo del grueso de la tortilla).

#### TOTOPOS FRITOS II

Cuando presente un rollo de frijoles refritos los totopos deben ser triangulares para que sirvan como cuchara. Corte cada tortilla en 6 triángulos y siga el procedimiento anterior.

## TOTOPOS SALADOS Y FRITOS

Si desea totopos salados prepare una solución de sal y agua —como 3 cucharadas de sal por cada taza de agua— y revuélvala hasta que la sal se haya disuelto. Sumerja por unos instantes los pedazos de tortilla en el agua, cuélelos y sacúdalos bien e inmediatamente viértalos sobre aceite muy caliente. Brinca mucho y sin duda estropeará su aceite.

## TOTOPOS TOSTADOS

Si desea reducir su consumo de grasa, entonces prepare los totopos tostado y no friendo los pedazos secos de tortilla. Corte las tortillas al tamaño deseado, déjelas secar, entonces póngalas a dorar ligeramente en el horno a 325° C durante unos 40 minutos, voltiéndolas de vez en cuando. El tiempo de cocción dependerá del grosor de las tortillas.

## TOSTADAS

Las tostadas, erróneamente llamadas chalupas en el norte de México y suroeste de Estados Unidos, son tortillas de maíz que han sido fritas planas hasta que se endurecen. Entonces se cubren con varios ingredientes de acuerdo con los gustos regionales. Para las tostadas es mejor no usar una tortilla demasiado delgada, para que no se quiebre con el primer mordisco ni se caiga por todos lados lo que tiene encima. 1/2 cm de aceite en el sartén debe ser suficiente para freír las tostadas hasta que se endurezcan y obtengan un color dorado. Deben comerse tan pronto como sea posible después de freírlas; si no, se pueden recalentar en el horno a 180° C sobre una charola cubierta con papel absorbente para quitar algo del exceso de aceite.

## — Tacos de machaca —

### Ingredientes para 6 personas:

2 dientes de ajo

1 cucharada de orégano

El jugo de 1 limón

1 1/2 lb de carne de res

4 cucharadas de aceite

1 cebolla pequeña, pelada y picada

12 tortillas de maíz

Sal y pimienta molidas

Picar los dientes de ajo y mezclar en un recipiente con el orégano, el jugo de limón y sal y pimienta. Verter sobre la carne y dejar marinar durante 6 ó 7 horas, dándole la vuelta de vez en cuando. Calentar 2 cucharadas de aceite en una sartén de fondo grueso y freír la carne lentamente, hasta que esté hecha por dentro. Dejar enfriar y desmechar.

En otra sartén, calentar el aceite restante, y freír la cebolla hasta que esté transparente, agregar la carne desmechada y freír unos minutos. A continuación, asar las tortillas en una plancha, por ambos lados, y rellenarlas con la mezcla de carne y cebolla preparada. Servir con ensalada y aguacate.

## Tacos al pastor

### Ingredientes para 4 personas:

24 tortillas pequeñas y delgadas  
1 lb de bisteces de cerdo  
1 charro de vinagre  
3 ajíes (chiles anchos)  
3 dientes de ajo  
Comino molido  
4 granos de pimienta  
1 trozo grande de piña  
2 cebollas  
1 manojo de cilantro  
Sal

Macerar los bisteces en un charro de vinagre durante 1/2 hora.

Mientras tanto, asar los ajíes, remojarlos y licuar junto con los ajos, el comino, la pimienta y sal. Añadir esta mezcla a los bisteces y dejar en maceración otra 1/2 hora.

A continuación, asar los bisteces a las brasas o en un rosticero con el trozo de piña encima. Cortar los bisteces en trocitos pequeños, rellenar con ellos las tortillas, previamente pasadas por grasa y calentadas.

Servir cada taco con un trocito de piña asada, bastante cebolla y cilantro picados y con salsa al gusto.

## — Tacos de pollo —

### Ingredientes para 4 personas:

12 tortillas

1 pechuga de pollo

1/2 taza de leche

1/2 taza de crema de leche, batida

1 taza de requesón

Aceite para freír

Sal

### Para acompañar:

Salsa roja picante

Salsa verde picante

Cocinar la pechuga en agua con sal hasta que esté tierna, retirar del caldo, dejar enfriar y desmenuzarla con los dedos. Rellenar las tortillas con el pollo y en-

rollar, formando los tacos. Freír en aceite caliente hasta que estén dorados y colocar en una fuente.

Agregar un poco de leche a la crema batida, para que quede menos compacta, y rociarla por encima de los tacos. Verter por encima el requesón desmenuzado y servir con las salsas, al gusto.

## Tinga de Pollo

- 1 *pollo grande, cocido y deshuesado*
- 3 *jitomates grandes picados*
- 1 *cebolla grande fileteada*
- 2 *dientes de ajo picados*
- 1 *ramito de perejil picado*
- 2 *chipotles en vinagre, cortados en tiras*
- 2 *aguacates cortados en tiras*
- 1 *lechuga*
- Sal y pimienta al gusto*
- 50 *grs. de manteca de cerdo*

En la manteca caliente acitrona los ajos y la cebolla. Agregue el jitomate y sazone bien con sal y pimienta. Añada el pollo desmenuzado y luego el perejil y chipotles, rectificando la sazón. Cocine a fuego suave a que reseque. Ya frío combíne con las tiras de aguacate y adorne con hojas de lechuga. Servir con tostadas.

**6 porciones**



## Linga de pollo en salsa

### para el pollo:

- 6 tazas de agua
- 2 pechugas de pollo chicas, sin piel
- 1/2 cebolla mediana, claveteada con 4 clavos de olor
- 1/4 cabeza de ajo, cortada por la mitad
- 1 hoja fresca de laurel
- 1/2 ramita fresca de tomillo
- 1/2 ramita fresca de mejorana
- Sal al gusto

### para la salsa:

- 1/3 taza de aceite de oliva o manteca
- 3 dientes de ajo, pelados y finamente picados
- 1 cebolla mediana, cortada en diagonal
- 3/4 taza de chorizo, frito
- 3 jitomates grandes (aproximadamente 1 1/2 kilos), asados y sin piel
- 2 dientes de ajo, pelados
- 3-5 chiles chipotles encurtidos en salsa de adobo, cortados en rajas
- 2-4 chiles chipotles secos, lavados, fritos, remojados durante 10 minutos y cortados en rajas
- 2 hojas secas de laurel
- 1 clavo de olor entero, molido
- 1/4 raja de canela mediana, molida
- 1/2 cucharadita de pimienta negra molida
- 1/4 taza de vinagre o al gusto
- 3-5 cucharadas de azúcar morena o piloncillo
- Sal al gusto

### para la guarnición:

- 2 tazas de aceite vegetal o de oliva
- 12 tortillas del mercado, muy delgadas
- 1 aguacate maduro, rebanado muy delgado
- 1/2 cebolla mediana, finamente rebanada
- 1/2 tazas de col, lavada y finamente rebanada
- 3 chiles chipotles encurtidos en salsa de adobo

*para preparar el pollo* - En una olla ponga a hervir 6 tazas de agua; añada las pechugas, la cebolla, el ajo, el laurel, el tomillo, la mejorana y sal al gusto. Cocine durante 25 minutos; deje enfriar las pechugas en el caldo, luego retirelas y deshébreles finamente. Reserve 2 tazas del caldo colado.

*para preparar la salsa* - En una cacerola mediana caliente el aceite y acitrone el ajo picado con la cebolla; incorpore el chorizo frito, el jitomate, el ajo restante, los chiles chipotles adobados y los chipotles fritos cortados en rajitas; continúe la cocción y sazone con un poco de sal. Incorpore el laurel, los clavos de olor, la canela, la pimienta, el vinagre, el azúcar morena y sal al gusto. Cocine a fuego mediano hasta que la salsa esté muy espesa, aproximadamente 40 minutos. Mueva ocasionalmente y vuelva a sazonar al gusto; al final incorpore el pollo deshebrado y cocine durante 15 minutos más.

Mientras, caliente una sartén, ponga el aceite y fría las tortillas de un lado y de otro con la ayuda de un tenedor para que inflen y tomen un color dorado claro; retirelas y póngalas sobre papel servilleta.



## Hongos con hierbas

- 1/2 kg de hongos
- 2 pimientos  
morrones  
picados
- 2 dientes de ajo  
picados
- hierbas de olor
- aceite para freír

**1.** Limpie bien los hongos, corte la parte dura del tallo y lávelos. Escúrralos y séquelos con una servilleta.

**2.** En una cazuela, fría los ajos hasta que se transparenten. Añada los hongos y los demás ingredientes. Mezcle con cuidado. Con el fuego apagado, tápelos y déjelos reposar unos minutos antes de servir.

# Picadillo

- 3/4 kg de res molida
- 3 jitomates
- 1 diente de ajo
- 1 cucharada  
cafetera de  
vinagre
- 1/2 cebolla picada
- 1 papa
- 2 zanahorias
- aceite para freír
- sal y pimienta

**1.** Cueza la zanahoria y la papa y pártalas en cuadritos.

**2.** Fría la cebolla hasta que se transparente y agregue la carne. Siga friendo hasta que esté casi cocida; añada sal y pimienta.

**3.** Licue el jitomate con el ajo y el vinagre; cuele sobre la carne.

**4.** Deje hervir unos 5 minutos. Agregue las verduras y 1/2 taza de agua. Cueza hasta que la verdura esté tierna y sazonada la salsa.



## TACOS DORADOS

El taco mexicano es un acierto nutricional en todas sus variaciones, desde el simple taco de frijoles donde las proteínas del maíz y las de los frijoles se combinan para lograr una proteína de muy buena calidad nutricional. Más aún, si a este taco se le añade una salsa, resulta de un delicioso sabor y una combinación de proteínas y vitaminas muy adecuada.

Los tacos de pescado, son igualmente deliciosos y nutritivos.

Es recomendable que el ama de casa o quien se ocupe de la compra y preparación de alimentos, tenga siempre en el refrigerador una cantidad de pescado cocido, ya sea escalfado (ver pág. 31) hervido o al vapor, limpio de huesos y listo para preparar la interminable variedad de antojitos mexicanos.

Cualquier especie es adecuada, lo importante es que sea pescado fresco. Escoja entre la lisa, la rubia, la gurrubata, la trucha de mar, etc.

Una vez cocido, déjelo enfriar y guárdelo envuelto en una bolsa de plástico.

### PREPARACION:

Desmenuce el pescado, cuide de que no quede ningún hueso o espina. Para los tacos fritos lo ideal es que el pescado no lleve otros ingredientes.

Rellene los tacos, enróllelos y dórelos en aceite caliente. Escorra el aceite, sívalos con lechuga picada y salsa verde o roja.

## Tacos fritos de camarón al estilo Nayarit

*Peculiares maneras de cocinar sus mariscos tienen en las playas del occidente: ya sea asando al humo del mangle un pescado zarandeado, preparando el cebiche con camarón seco o haciendo tacos de pescado y mariscos.*

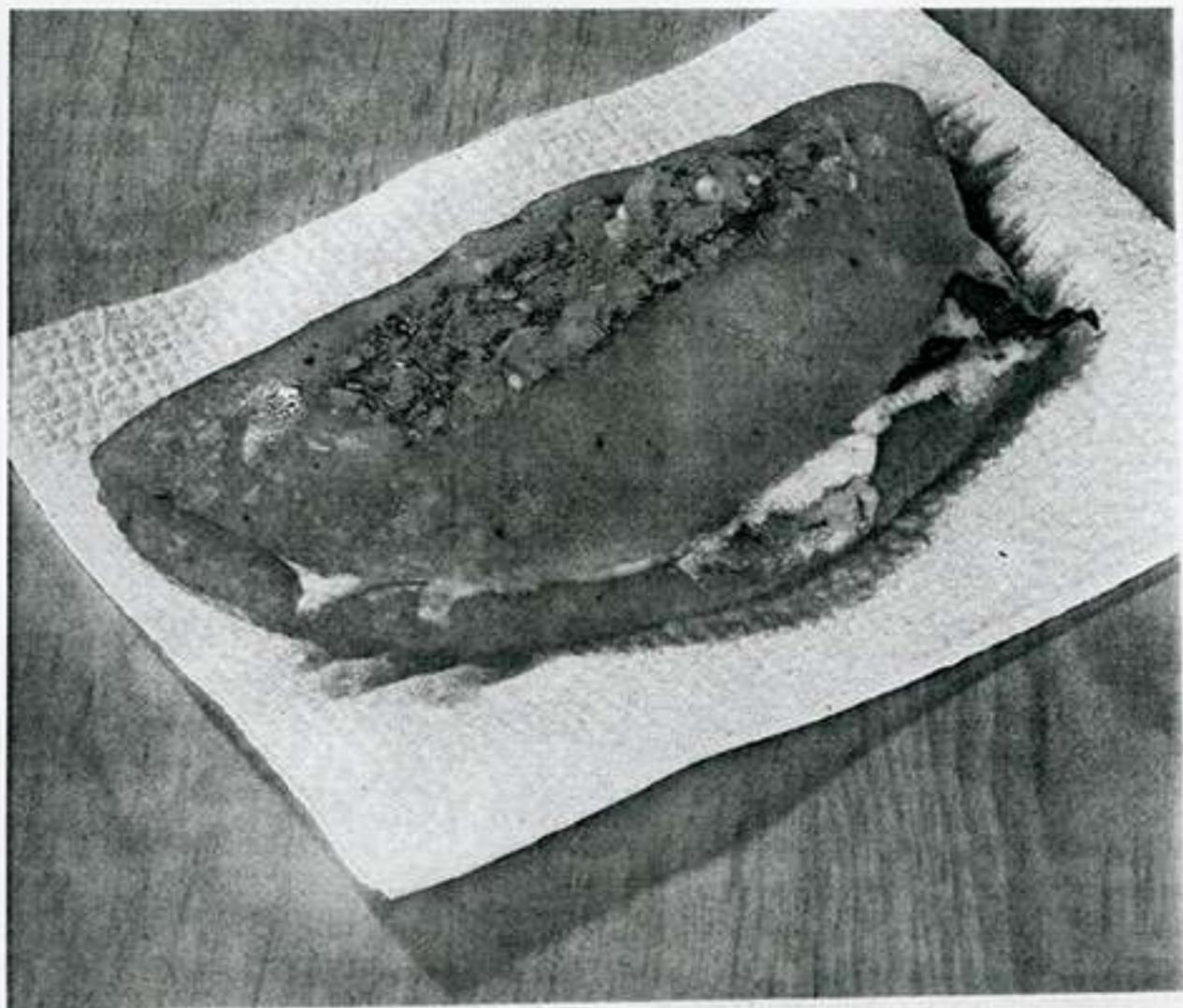
### Ingredientes

1 kilo de camarón chico sin cabeza, crudo y pelado; 2 limones; sal y pimienta; 6 chiles verdes (setranos); 3 cucharadas de cilantro picado; 6 tomates verdes; 1 o 2 aguacates; 1 taza de aceite para freír; 2 dientes de ajo; 20 a 25 tortillas de maíz.

### Preparación

Se untan los camarones con limón suficiente, sal y pimienta. Las tortillas se rellenan con los camarones, se enrollan o se doblan y se cierran. Se frien en el aceite los ajos hasta que se quemen y se retiran; se frien los tacos y se escurren en servilletas de papel. Se muelen perfectamente en la licuadora los tomates con el chile y el cilantro, y se añade poco a poco el aguacate. Se sirven los tacos bañados con la salsa de aguacate; se pueden acompañar de ensalada de col finamente rebanada, aderezada con un poco de aceite de oliva y limón.





- 2 tazas de masa de maíz
- 1/2 taza de harina
- 1/2 cucharada cafetera de polvo de hornear
- 3 cucharadas soperas de manteca
- 1 taza de queso desmoronado
- 1 taza de crema
- manteca para freír

## Quesadillas

1. Mezcle la masa con la harina, la manteca y el polvo de hornear, hasta que quede una pasta tersa.
  2. Forme tortillas pequeñas y ponga un poco de queso en el centro; dóblelas a la mitad y fríalas en manteca; sívalas con crema.
- Nota:** Puede rellenar las quesadillas con frituras de flor de calabaza, huitlacoche, rajas, sesos.

## FLAUTAS DE GUADALAJARA

Las flautas son tacos largos fritos y crujientes de Jalisco. La tortilla que se utiliza mide entre 15 y 18 cms de diámetro. Cuando están recién cocidas se quita la telita o capa superior que se infla, dejando una tortilla muy delgada.

A continuación tenemos varios rellenos tradicionales para flautas. Se coloca una cucharada grande en el centro de la tortilla; luego ésta se enrolla apretándola y sujetándola con un palillo, se fríe en manteca o aceite hasta que quede crujiente y dorada. Después de escurrirlas sobre papel absorbente se sirven sobre una cama de lechuga rebanada sazonada con jugo de limón, rebanadas delgadas de rábano y 2 cucharadas de salsa de plaza (p. 362), y si cuenta con salsa de Tamazula (p. 360), también, pero no es absolutamente necesaria.

Las flautas deben ir del sartén a la boca, deben rellenarse, freírse y comerse o se vuelven tiesas.

### *Rellenos para flautas*

#### POLLO DESHEBRADO

RINDE 1 1/4 DE TAZAS DE RELLENO PARA RELLENAR 6 FLAUTAS

- 2 cucharadas de aceite o manteca
- 3 cucharadas de cebolla finamente picada
- 250 grs de jitomate finamente picado
- 2 chiles serranos rebanados
- 2 tazas de pollo deshebrado para tacos (p. 232)
- sal al gusto

Caliente la manteca en el sartén, agregue la cebolla picada, el jitomate y el chile, y fríalos ligeramente durante 5 minutos removiendo de vez en cuando para que no se peguen en el sartén. Añada el pollo deshebrado y la sal, y continúe cocinando la mezcla hasta que esté bien sazonada y casi seca.

## flautas de pollo con salsa verde y crema estilo tapatío

### para el relleno de pollo:

- 1 taza de agua
- 1/2 cebolla, cortada
- 1 diente de ajo pelado
- 1 pechuga de pollo con hueso, cocida y deshebrada
- 1/3 taza de aceite de maíz
- 1 taza de cebolla, finamente picada
- 500 gramos de jitomate, finamente picado
- 2 chiles serranos, finamente picados
- 3/4 taza de cilantro, seco y finamente picado
- Sal al gusto

### para freír:

- 36 tortillas chicas, alargadas
- Palillos de madera
- 3 tazas de aceite vegetal

### para la salsa verde:

- 3 tazas de agua
- 500 gramos de tomate verde
- 10-12 chiles serranos medianos
- 3 dientes de ajo medianos, pelados
- 1 cebolla mediana, partida en cuarterones
- 1 taza de cilantro, finamente picado
- 1/2 taza de aceite vegetal
- Sal al gusto
- 1 rebanada de cebolla
- 1 ajo mediano molido

### para la guarnición:

- 1 1/2 tazas de crema natural
- 200 gramos de col finamente fileteada y en agua con hielo
- 200 gramos de cebolla, finamente fileteada
- Sal al gusto

**para preparar el relleno de pollo** - En una cacerola ponga a hervir el agua con la cebolla, el ajo y sal al gusto; agregue el pollo y cocine durante 25 minutos o hasta que esté cocido; deje enfriar y deshebre.

En una sartén caliente el aceite y salpique con sal; saltee la cebolla finamente picada y agregue el tomate para que suelte su jugo; luego añada el chile y el pollo desmenuzado. Mueva ocasionalmente, incorpore el cilantro poco a poco y cocine hasta que el líquido se evapore. Vuelva a sazonar y reserve.

**para preparar la salsa verde** - En una cacerola caliente el agua; agregue el tomate, la cebolla en cuarterones, los dientes de ajo pelados y los chiles serranos y déjelo cocinar durante 25 minutos. Muela los ingredientes en una licuadora con 1 1/2 tazas del agua de la cocción; agregue el cilantro y mueva hasta que quede un puré. Caliente el aceite en una cacerola, agregue una rebanada de cebolla y el ajo molido y cocine hasta que se doren. Agregue la salsa y sazone al gusto. Cocine la salsa durante 25 minutos o hasta que espese (en caso de que se redujera mucho agregue un poco del agua de cocción).

**para preparar el armado** - Pase las tortillas rápidamente por la plancha para que queden manejables (también puede pasarlas por aceite caliente y escurrirlas en papel absorbente para evitar que se rompan) y salpíquelas con un poquito de sal. En una tortilla ponga 30 gramos de pollo deshebrado enróllela como taco y sujétela con 2 palillos de madera.

En una sartén o freidora caliente el aceite y cocine los taquitos hasta dorarlos. Retírelos y escúrralos sobre papel absorbente.

## PAPAS GUISADAS

RINDE UNA TAZA COLMADA PARA RELLENAR 8 FLAUTAS

Esto parece demasiado simple para ser mencionado, pero es delicioso.

250 grs de papas (3 medianas) cocidas sin pelar  
3 cucharadas de manteca o aceite  
3 cucharadas de cebolla finamente picada  
125 grs de jitomate (1 chico) picado sin pelar  
sal al gusto

Aplaste un poco las papas con todo y cáscara hasta lograr una cierta textura.  
Caliente el aceite y fría ligeramente la cebolla de manera que quede transparente, como 3 minutos. Agregue el jitomate y cuézalo a fuego medio meneando y raspando el fondo del sartén 3 minutos más. Añada las papas con sal al gusto y cueza la mezcla hasta que quede casi seca y bien sazonada.

## SALPICÓN DE RES

SEÑORA MARÍA ALEJANDRE DE BRITO,  
ZITÁCUARO, MICHOACÁN

RINDE 4 PORCIONES O  
RELLENO SUFICIENTE PARA 18 TACOS

Ésta es una sencilla y deliciosa manera de cocinar falda de res. Generalmente se sirve con tortillas de maíz, pero también se pueden hacer unos muy buenos tacos fritos. Servido con ensalada sería un buen plato para el almuerzo o el *lunch*.

### LA CARNE

560 grs de falda  
1 cebolla pequeña, picada  
3 ramas de cilantro  
2 dientes de ajo, pelados y picados  
sal al gusto

### PARA SAZONARLO

2 cucharadas de manteca o aceite  
½ taza de cebolla finamente picada  
2 dientes de ajo, pelados y finamente picados  
625 grs de jitomates, sin pelar y finamente picados  
4 chiles serranos enlatados, en escabeche, o al gusto  
3 cucharadas colmadas de cilantro picado  
¼ de taza del caldo en que se coció la carne  
sal al gusto

Corte la carne en trozos de 5 cms. Ponga la carne en una cacerola con la cebolla, cilantro, ajos y sal, cúbrala apenas con agua y hiérvala hasta que esté —como 25 minutos. Deje la carne para que se enfríe en el caldo. Cuélela conservando el caldo.

Caliente la manteca en un sartén, añada la cebolla y los ajos, y acitrónelos —como 3 minutos. Agregue los jitomates picados y continúe cociéndolos a fuego alto, revolviéndolos de vez en cuando para evitar que se peguen hasta que la mezcla se haya espesado y reducido —como 8 minutos. Agregue la carne deshebrada, chiles, cilantro y caldo, pruébelo de sal y cuézalo tapado a fuego medio durante 5 minutos más.

## Carnitas

*La carne de cerdo predomina en el gusto regional del Bajío, donde se preparan carnitas con diversos ingredientes pero siguiendo el mismo proceso de cocción. Éste es el más sencillo.*

### Ingredientes

1 kilo de lomo de cerdo; 1 kilo de costilla de cerdo; 1 kilo de faldá de cerdo; 1 kilo de manteca;  $\frac{1}{2}$  cabeza de ajos chica; 1

cebolla; 2 hojas de laurel; 4 ramitas de tomillo; 4 ramitas de mejorana; agua la necesaria; sal gruesa.

### Preparación

Corte la carne en cubos medianos y colóquelos en una cacerola con agua suficiente para cubrirla. Agregue la sal, las hierbas, el ajo y la cebolla; déjela descubierta durante una hora, baje el fuego y deje cocinando a lumbre baja hasta que la grasa se empiece a separar, añada la manteca y cocine aproximadamente 1 hora. Si la carne estuviera un poco dura, añada más agua y continúe cocinando. Sirva en tacos con cilantro, cebolla picada, salsa verde cruda y guacamole.



## — Carnitas Aguascalientes —

### Ingredientes para 4 personas:

2 lb de carne magra de cerdo  
2 cucharadas de manteca de cerdo  
1 naranja

### Acompañamiento:

Tortillas de maíz  
Salsa al gusto  
Guacamole

Primeramente, cortar la carne en trozos de unos 8 centímetros de lado, y sazonar al gusto. Derretir la manteca en una cazuela o sartén y dorar la carne por todos lados.

A continuación, cocinar la carne, con el recipiente tapado, hasta que esté blandita (si fuera necesario, añadir un poquito de agua).

Seguidamente, exprimir la naranja e incorporar el jugo de la carne, después de quitar el exceso de grasa y dejar que se consuma un poco. Retirar del fuego y una vez que la carne haya perdido el exceso de calor; deshilacharla con los dedos y colocar en un platón de servir. Servir las carnitas con sus acompañamientos.



1. Cortar la carne en trozos de unos 8 cm de lado, y sazonar.



2. Freír la carne en una sartén con la manteca.



3. Cuando esté blandita, añadir el jugo de la naranja.



4. Una vez templada, deshilacharla con los dedos.

## EL MAÍZ

### Enchiladas

Hay dos métodos principales para cocinar enchiladas: 1) se fríe la tortilla ligeramente, se sumerge en una salsa caliente, se llena y se enrolla; 2) se sumerge la tortilla en una salsa cruda, se fríe y luego se rellena y enrolla. Instrucciones detalladas para ambos métodos se dan en las siguientes recetas.

## ENCHILADAS PLACERAS

RINDE 12 ENCHILADAS

SRA. HORTENSIA CABRERA DE FAGOAGA

Estas pequeñas enchiladas se sirven cada anochecer en la plaza principal de Xicotepec de Juárez, en la parte norte de la sierra de Puebla que se une con el estado de Veracruz.

Tradicionalmente un plato consta de 4 tortillas pequeñas —como de 9 cms. La salsa de jitomate debe tener una consistencia adecuada para cubrir ligeramente las tortillas. Aunque deben comerse en el momento en que se reúnen todos los componentes, éstos pueden prepararse con anticipación.

Algunas veces estas enchiladas se rellenan con frijoles negros refritos en lugar de carne deshebrada y pueden ser un buen platillo vegetariano.

- ¼ de taza de manteca fundida o de aceite para freír
- 16 tortillas de maíz chicas
- 1 ¼ de tazas de salsa de jitomate caliente de la sierra de Puebla (p. 353)
- 1 taza de carne de res cocida y deshebrada como para salpicón (p. 312)
- ¼ de taza de cebolla picada finamente
- ¼ de taza de queso añejo finamente rallado

Tenga lista una charola cubierta con papel absorbente.

Caliente un poco de manteca, lo suficiente para cubrir el fondo del sartén, y fría las tortillas de 2 en 2 durante 5 segundos de cada lado, agregando más manteca si es necesario. No deben endurecerse por la orilla; escúrralas sobre el papel.

Sumerja las tortillas en la salsa caliente por unos segundos, rellene cada una con una cucharada escasa de carne deshebrada, enrolle las tortillas, cúbralas con un poco de salsa y adórnalas con la cebolla y el queso; sívalas inmediatamente.

## ENFRIJOLADAS

RINDE 12 ENFRIJOLADAS

Este platillo típico oaxaqueño, las enfrijoladas, se sirve durante el almuerzo acompañado de tasajo asado o frito, carne oreada, o como platillo principal con pollo con orégano (p. 234). Aunque la salsa de frijol puede prepararse con anticipación y almacenarse e incluso congelarse, freír las tortillas y acomodarlas en el plato debe hacerse en el último minuto antes de servirse. Prepararlas y recalentarlas resultaría en un triste batidillo.

### LA SALSA DE FRIJOL

- 2 cucharadas de manteca o aceite
- ½ cebolla mediana rebanada
- 2 chiles de árbol
- 1 manojito de hojas tiernas de aguacate ó 5 hojas grandes y maduras
- 5 dientes de ajo pequeños, bien asados y pelados (p. 453)
- ½ taza de agua
- 3 tazas de frijoles de olla estilo Oaxaca con caldo (p. 199)
- sal al gusto

### EL RESTO

- ¼ de taza de aceite, aproximadamente
- 12 tortillas medianas
- 1 cebolla cortada en ruedas gruesas
- ¾ de taza de queso fresco desmoronado
- rajas con limón (p. 373) o chiles jalapeños en escabeche (p. 370)

Primero haga la salsa. Caliente una cucharada de manteca en un sartén, agregue la media cebolla y los chiles secos y fríalos hasta que queden medio dorados. Trasládelos con una cuchara perforada al vaso de la licuadora. No tire la manteca. Sostenga las hojas de aguacate sobre la llama o colóquelas en un comal caliente y déjelas asar ligeramente. Desbarate las hojas sin los tallos ni las venas gruesas sobre el vaso de la licuadora. Agregue los ajos y el agua y muélalos hasta que queden muy tersos. Gradualmente añada los frijoles y su caldo y muélalos muy bien; tal vez tenga que hacer esto en dos partes agregando un poco de agua para que las aspas trabajen eficientemente.

Añada una segunda cucharada de manteca al sartén, caliéntela y vierta el puré de frijol y cuézalo a fuego medio, removiendo y raspando el fondo para que no se adhiera,

## ENTOMATADAS

### RINDE 12 ENTOMATADAS

Para almorzar las entomatadas son un platillo popular en Oaxaca, acompañadas de carne seca llamada tassajo. Son simples enchiladas, pero las tortillas se doblan en cuatro y la salsa de tomate tiene marcadas características oaxaqueñas.

Este platillo se presta a muchas interpretaciones para una comida; por ejemplo, puede ir acompañado de pollo o carne asada y una ensalada. Es conveniente utilizar tortillas de maíz grandes para que puedan doblarse con más facilidad.

La salsa puede prepararse por adelantado, pero freír las tortillas y acomodar las entomatadas debe hacerse en el último momento o el plato se convertirá en una masa de elementos irreconocibles.

### LA SALSA

2 cucharadas de aceite

1/2 taza de tomates secos

# **TAMAL DE CAZUELA**

## Botana de chicharrón

### Ingredientes para 4 personas:

1 lb de chicharrón

1 cebolla picada

Ajes (chiles) en vinagre, al gusto

3 cucharadas de aceite

El jugo de un limón

Sal

Cortar el chicharrón en trocitos pequeños y mezclar con la cebolla y los ajos. Añadir el aceite, el jugo de limón y sal, revolver bien y dejar reposar 1 hora.  
Servir con tortillas calientes.



## Molletes

### Ingredientes para 6 personas:

12 panecillos (bolillos) pequeños

2 tomates (jitomate)

1 cebolla pequeña

Ají al gusto

1 ramita de cilantro

2 tazas de frijoles cocidos

1 queso fresco, rallado

1 queso asadero, rallado

2 cucharadas de aceite

Mantequilla

Sal

Picar finamente los tomates, la cebolla, los ajíes y el cilantro. Mezclar todo bien, añadir el aceite y salar.

A continuación, moler los frijoles en un poquito de su caldo y freír en un poco de manteca, hasta que estén bien resacos.

Partir los panecillos por la mitad, retirar un poco de la miga y untar la parte interna con un poco de mantequilla.

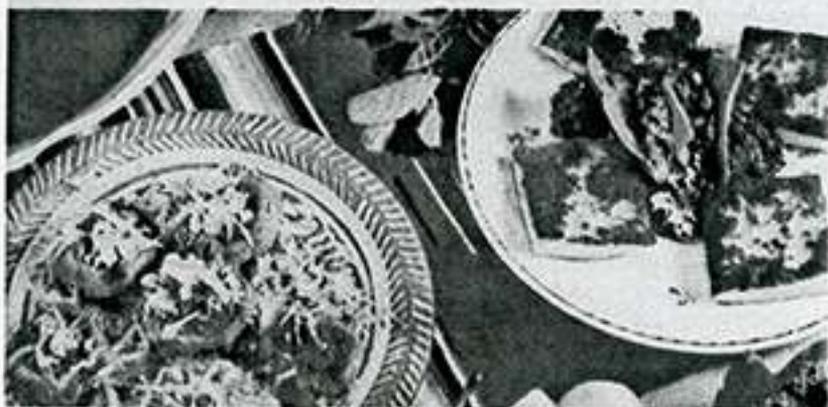
A continuación untarlos con los frijoles molidos y esparcir por encima un poco de los quesos, fresco, y asadero. Hornear con el broiler encendido hasta que los quesos se gratinen y servir con la salsa de tomate preparada inicialmente.

## Queso Asado Tlaxcalteca

*1/2 kg. de queso  
asadero*  
*2 tazas de frijoles  
refritos*  
*4 tortillas*  
*50 grs. de queso  
añejo rallado*  
*Manteca de cerdo*

Corte el queso en cuatro porciones de similar tamaño. Corte las tortillas en cuatro partes y dórelas por ambos lados en la manteca caliente. Dore las porciones de queso a la plancha por ambos lados a calor vivo. En el platón de servicio disponga al centro los frijoles refritos, rocíelos con queso y adórnelos con tostadas. Coloque el queso caliente alrededor. Sirva inmediatamente.

**4 porciones**



## ESQUITE DE ELOTE

Colaboración de *Teodora Torres L.*

- 3 elotes duros
- 1/2 vaso con agua salada (al gusto)

Desgrane los elotes y ponga a asar los granos en el comal, sin dejar de moverlos.

Cuando ya están asados se sacan del comal, se les rocía el agua salada y se tapan con una servilleta gruesa, dejándolos reposar 5 minutos. Se sirven calientitos agregándoles unas gotitas de limón.

# Sopa tarasca

- 1 taza de frijol
- 2 jitomates
- 3 tazas de caldo de puerco o pollo
- 1 trozo de cebolla
- 1 diente de ajo
- 4 tortillas
- 1 taza de queso fresco desmoronado
- chile pasilla al gusto
- aceite para freír
- sal

**1.** Remoje los frijoles y cuézalos en 3 tazas de agua; licúelos con su caldo.

**2.** Ase y pele los jitomates. Licúelos con el ajo y la cebolla; fría en una cacerola hasta que sazonen.

**3.** Agregue el frijol licuado y el caldo. Deje que hierva unos minutos a fuego bajo. Añada sal.

**4.** Corte las tortillas en tiritas, fríalas en aceite y escúrralas. En la misma grasa fría el chile, escúrralo y córtelo.

**5.** En platos hondos coloque las tiras de tortilla y las rajas de chile. Vierta la sopa caliente encima y espolvoree con queso.



## Sopa de lima

*La lima yucateca (citrus limetta) tiene un sabor inigualable, entre el amargo de la naranja de agua y lo aromático de una naranja.*

### Ingredientes

2 pechugas de pollo; 2 higaditos; 2 mollejas; 3 dientes de ajo;  $\frac{1}{2}$  cebolla en trozos;  $\frac{1}{2}$  cucharadita de orégano;  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de pimienta; 1 cucharada de manteca;  $\frac{1}{3}$  de taza

de cebolla picada; 1 tomate limpio, despepitado y picado; 3 limas en rebanadas delgadas; 6 tortillas;  $\frac{1}{2}$  taza de aceite.

### Preparación

Hiera el pollo con el ajo, el orégano y la pimienta. Una vez cocido separe las piezas y el caldo, desmenuce el pollo y pique las menudencias. Reserve. Acitroné en la manteca la cebolla, añada el caldo y el jitomate; cocine por cinco minutos y pruebe la sal. Corte en tiras delgadas las tortillas, frías en el aceite, escurra en toallas de papel absorbente. Ya para servir, añada el pollo, la lima y dé un hervor. Sirva esta sopa con las tortillas fritas.



## — Sopa de lima —

### Ingredientes para 6 personas:

1 pechuga de pollo
8 tazas de agua
3 dientes de ajo
1/2 cebolla
3 ramitas de cilantro fresco
1/2 cucharadita de comino
1 astilla de canela
2-3 clavos de olor
Unas ramitas de orégano seco
1 cucharada de aceite
1 cebolla roja, picada
3 cucharadas de pimienta verde
1 lb de tomates (jitomates), pelados y picados
6 limas
4 higaditos de pollo
1 aguacate cortado en rebanadas

Poner en una olla la pechuga, el agua, los ajos, la cebolla, el cilantro y sal y cocinar hasta que la pechuga esté tierna.

Mientras tanto, tostar en una plancha el comino, la canela, los clavos de olor y el orégano, verterlos en la licuadora con media taza del caldo de pollo y licuar.

A continuación, calentar el aceite en una cacerola y freír la cebolla roja hasta que esté transparente. Añadir la pimienta verde y cocinar 2 minutos. Incorporar los tomates y cocinar durante 10 minutos, revolviendo.

Seguidamente, agregar las especias licuadas y el caldo de pollo y cuando comience a hervir, añadir 2 limas cortadas en rebanadas, la pechuga, cortada en tiras y los higaditos. Tapar y cocinar lentamente 10 minutos más.

Por último, rectificar la sazón, poner una rebanada de lima en cada plato y verter la sopa encima. Servir el aguacate y las limas restantes en plato aparte.



2. Tostar las especias



3. Freír el tomate y aj

## Sopa de Lima

- |       |  |  |
|-------|--|--|
| 1     | <i>pechuga de pollo cocida</i>                           | En tres cucharadas de aceite acitrone la cebolla y el ajo. Agregue el pimiento.  |
| 1     | <i>pimiento morrón picado</i>                            | Añada después el jitomate y cocine para sazonar bien. Adicione el caldo y deje hervir, agregando una lima rebanada, sal, pimienta, canela y clavo molidos.   |
| 1     | <i>cebolla finamente picada</i>                          |  |
| 1     | <i>diente de ajo picado</i>                              | Continúe la cocción hasta que tome sabor. Agregue la pechuga desmenuzada y saque las rebanadas de lima. Hierva unos minutos más. En cada plato ponga dos rebanadas de lima fresca y porción de tortillas doradas. Añada la porción de sopa y sirva de inmediato. |
| 2     | <i>jitomates grandes, picados</i>                        |  |
| 2     | <i>limas agrias rebanadas con cáscara</i>                |  |
| 1 1/2 | <i>lts. de caldo de pollo</i>                            | <b>6 porciones</b>   |
| 6     | <i>tortillas cortadas en tiritas y doradas en aceite</i> |  |
|       | <i>Canela, clavo, sal y pimienta al gusto</i>            |  |
|       | <i>Aceite para freír</i>                                 |  |

## Caldo Tlalpeño

- 1 *pollo cocido cortado en piezas*  
3 *jitomates asados y molidos*  
1 *cebolla fileteada*  
2 *dientes de ajo picados*  
1 *rama de epazote picada*  
3 *cucharadas de manteca de cerdo*  
3 *zanahorias rebanadas*  
2 *papas grandes cortadas en cubos*  
100 *grs. de chicharos limpios*  
100 *grs. de garbanza limpia y remojada*  
6 *chiles morita*  
1 1/2 *lts. de caldo de pollo*  
Sal

Muela el jitomate con los ajos. En la manteca caliente acitrone la cebolla y agregue el jitomate molido. Añada el epazote y sazone unos minutos. Agregue el caldo y las verduras para hervir hasta que todo suavice, incluso los chiles. Finalmente añada las piezas de pollo y sal. Hierva unos minutos más y sírvalo muy caliente acompañado con tiras de aguacate.

**8 porciones**



## Caldo Tlalpeño

### Ingredientes para 6 personas:

1 1/2 tazas de garbanzos, puestos en remojo el día anterior

8 tazas de agua

4 alones de pollo

1 cebolla

2 dientes de ajo

1 ramita de cilantro

3 ajos (chiles chipotles)

3 zanahorias cortadas en rodajas

1 lb de habichuelas frescas (ejotes) cortadas en trozos

Sal

3 limones

Poner en una olla el agua, el pollo, un trozo de cebolla, los ajos y los garbanzos, y cocinar hasta que los garbanzos estén suaves.

Agregar todos los ingredientes restantes, menos los limones, salar y cocinar hasta que las verduras estén tiernas.

Servir con los limones cortados por la mitad y la cebolla restante, picada.



## Caldo de camarón

- 100 g de camarón seco
- 2 zanahorias cortadas en cuadritos
- 10 papitas de cambray
- 2 hojas de laurel
  - chile serrano al gusto
  - pimentón en polvo

1. Limpie el camarón y enjuáguelo bien para quitarle lo salado.
2. En una olla con 7 tazas de agua hierva el camarón con las papas unos 10 minutos, agregue las zanahorias, el chile y las hojas de laurel. Cuando los vegetales estén tiernos, agregue el pimentón; sirva caliente. No es necesario poner sal.

## Sopa seca de chilaquiles

### Ingredientes para 8 personas:

20 tortillas

5 huevos

5 cucharadas de harina de trigo

Manteca o aceite para freír

2 lb de tomate (jitomate)

5 ajíes (chiles de agua)

1 cebolla

1 taza de crema de leche

Sal y pimienta

Separar las yemas de las claras y batir estas últimas a punto de nieve. Agregar poco a poco las yemas.

Cortar las tortillas en rombos, pasar por harina y por los huevos preparados y freír en abundante manteca o aceite.

A continuación, asar los tomates, los ajíes, la cebolla, y pasar por la licuadora. Freír el puré obtenido hasta que espese y agregar la crema de leche.

Poner en un recipiente refractario los rombitos de tortilla fritos.

Cubrir con la salsa preparada y hornear, a temperatura media, durante 10 minutos. Servir muy caliente.

## Sopa de frijol

### Ingredientes para 4 personas:

2 tazas de frijoles cocidos

3 tazas de caldo de pollo

2 tomates (jitomates)

1 trozo de cebolla

1 diente de ajo

1 ramita de cilantro

1/2 taza de queso fresco desmenuzado

Aceite para freír

Sal y pimienta

Licuar los tomates junto con la cebolla y el diente de ajo, y freír en una olla hasta que espese.

Mientras tanto, licuar los frijoles en su propio caldo.

A continuación, añadir al tomate frito los frijoles molidos, el caldo y el cilantro. Sazonar con sal y pimienta y dejar hervir unos minutos. Espolvorear con el queso y servir.

## Sopa de tortilla

### Ingredientes para 6 personas:

6 tazas de caldo de pollo

3 dientes de ajo

1/2 cebolla

3 tomates (jitomates) maduros

1 cucharada de aceite

2 ramitas de cilantro

8-10 tortillas del día anterior

2-3 ajíes (chiles pasillas)

1/2 taza de queso fresco, desmenuzado

1/2 taza de crema de leche, batida

2 aguacates

Aceite para freír

Sal y pimienta recién molida

Asar los dientes de ajo, la cebolla y los tomates. Pelar estos últimos, quitar las semillas y licuar todo junto hasta formar un puré.

Calentar la cucharada de aceite en una olla grande y freír el puré hasta que espese. Agregar el caldo y el cilantro, sazonar con sal y pimienta y cocinar a fuego medio durante 15 minutos.

Mientras tanto, cortar las tortillas en tiras finas. Calentar aceite en una sartén y freír las tiras hasta que estén doradas. Retirar con una espumadera y escurrir sobre papel absorbente.

Cortar los ajíes en aros finos, quitar las semillas y freír durante 1 minuto hasta que estén crujientes.

Antes de servir, añadir las tortillas a la sopa, con unos cuantos aros de ají. Espolvorear con el queso desmenuzado y servir con la crema, los aguacates y los ajíes restantes, en cuencos aparte.

## — Arroz a la mexicana —

### Ingredientes para 6 personas:

2 tazas de arroz de grano largo  
2 tomates (jitomates) medianos  
1/4 de taza de aceite  
4 dientes de ajo, pelados  
1/4 de cebolla, troceada  
4 tazas de caldo de pollo  
1 ramita de perejil fresco  
4 ajíes (chiles serranos)  
2 zanahorias, picadas gruesas  
50 g de alverjas (chicharos)  
Sal

Poner el arroz en un recipiente con agua templada y dejar reposar durante 5 minutos. Aclarar y escurrir.

Triturar los tomates en la licuadora y pasar por el chino.

A continuación, calentar el aceite en una olla y freír los ajos y la cebolla durante 3 minutos. Agregar el arroz y cocinar revolviendo hasta que esté transparente.

Añadir los tomates licuados y cocinar 5 minutos. Incorporar todos los ingredientes restantes y cocinar a fuego lento durante 20 minutos o hasta que el arroz esté en su punto. Dejar reposar 5 minutos antes de servir.



3. Freír la cebolla y los ajos. Añadir el arroz y cocinar.





## — Arroz verde —

### Ingredientes para 4 personas:

1 1/2 tazas de arroz  
6 pimentones verdes (chiles poblanos)  
3 1/2 tazas de caldo de gallina  
1 trozo de cebolla  
1 diente de ajo  
1 ramita de cilantro  
Aceite para freír  
1 huevo cocido y picado  
Sal

Asar, pelar y desvenar los pimentones. Licuar 5 de ellos junto con 1/2 taza de caldo, la cebolla y el diente de ajo, y reservar.

Calentar aceite en una olla y dorar el arroz, revolviendo. Añadir los pimentones licuados sobre el arroz y cuando comience a hervir agregar el caldo restante y el cilantro. Salar y cocinar hasta que el arroz esté tierno y haya consumido el líquido. Si fuera necesario, añadir un poco de agua.

Cortar el pimentón restante en tiras, decorar con ellas el arroz, y terminar con el huevo picado.





## Moros con cristianos

- 2 tazas de arroz integral
  - 1 taza de frijol negro cocido
  - 4 tazas de caldo de frijol
  - 1/2 cebolla
  - 1 diente de ajo
  - 1 rama de epazote
  - 2 plátanos machos
  - aceite para freír
  - sal
1. Remoje el arroz en agua fría durante 15 minutos. Escúrralo.
  2. Licue el ajo y la cebolla con un poco de agua.
  3. Fría el arroz unos minutos, añada el ajo y la cebolla y siga friendo.
  4. Agregue los frijoles y las 4 tazas de caldo, sal y epazote. Cueza sin mover hasta que el arroz esté tierno.
  5. Corte los plátanos a lo largo, fríalos y póngalos sobre el arroz.

# Cazuela de arroz

- 1 1/2 tazas de arroz
- 4 tazas de caldo
- 2 zanahorias  
cortadas en  
cuadritos
- 1/2 taza de chícharos
- 1 diente de ajo
- 1 trozo de cebolla
- 1 rama de perejil
- 1/2 taza de leche
- 1/2 taza de requesón
- aceite para freír

1. Remoje el arroz en agua tibia durante unos 15 minutos; escúrralo y enjuáguelo con agua fría.
2. En una cazuela, fría el arroz en aceite con el ajo y la cebolla, moviendo para que se dore un poco. Escorra el exceso de aceite, añada el caldo, las zanahorias, los chícharos y la rama de perejil. Baje la flama y tape la cazuela. Cueza hasta que el caldo se consuma y los granos estén sueltos y tiernos. (Si hace falta líquido añada agua caliente.)
3. Mezcle la leche con el requesón y vierta la mezcla sobre el arroz; vuelva a tapar y cueza 5 minutos más.



## — Fríjoles borrachos —

### Ingredientes para 6 personas:

1 libra de frijoles pintos  
1 cebolla pelada y cortada por la mitad  
5 dientes de ajo, enteros  
1 cucharada de aceite  
2 tazas de cerveza  
Sal

### Para la salsa:

4 cucharadas de aceite  
3 tomates (jitomates)  
1 cebolla grande, picada  
4 ajíes (chiles serranos), picados  
Un manojo de cilantro  
Sal

Poner los frijoles en remojo el día anterior. Escurrirlos, ponerlos en una olla bien cubiertos con agua, añadir la cebolla, los ajos, el aceite y sal y cocinar durante 1 1/2 horas o hasta que los frijoles estén casi tiernos, añadiendo más agua durante la cocción, si fuera necesario.

Mientras tanto, picar los tomates. Freír la cebolla en el aceite y cuando esté ligeramente dorada, añadir los tomates, los ajíes y el cilantro. Salar y freír.

A continuación, agregar la salsa a los frijoles cocinados, rociar con la cerveza, rectificar la sazón y cocinar hasta que los frijoles estén bien tiernos.

Por último, verter en un platón o fuente y servir con tortillas y arroz blanco.



1. Cocinar los frijoles con la ce





## Frijoles Charros

<i>1/2 kg. de frijol negro</i>	Cueza los frijoles con la cebolla
<i>1/4 de kg. de chicharrón</i>	entera y suficiente agua. Cuando
<i>2 jitomates picados</i>	ablanden condimente con sal y el
<i>1 cebolla grande picada</i>	epazote. Caliente la manteca y fría la
<i>1 cebolla entera</i>	cebolla picada a dorar. Agregue los
<i>6 chiles serranos picados</i>	frijoles con su caldo, el jitomate,
<i>1 ramito de epazote picado</i>	chicharrón cortado en trozos y los
<i>50 grs. de manteca de cerdo</i>	chiles. Rectifique la sazón y hierva
<i>Sal</i>	suavemente durante algunos minutos.
	Sírvalos calientes.
	<b>8 porciones</b>

## Fríjoles maneados

### Ingredientes para 8 personas:

2 lb de frijoles 'pintos' o 'bayas', limpios, lavados y remojados durante la noche en suficiente agua para que los cubra  
1 cebolla blanca  
1/2 cabeza de ajos, sin pelar  
Sal al gusto

### Para la salsa:

1/4 taza de mantequilla o manteca  
1/3 taza de aceite vegetal  
6 ajies (chiles anchos) sin semillas y desvenados, asados, limpios, remojados en agua y licuados  
1 cebolla blanca picada  
1 cucharada de ají molido o de polvo de ají  
3 tazas de queso rallado  
Sal al gusto

Poner los frijoles, la cebolla y el ajo en una olla grande de barro o de cerámica y aumentar tres veces el volumen de los frijoles de agua. Cuando comiencen a hervir, disminuir el fuego y dejar hervir a fuego lento durante 1 1/2 horas. Si es necesario, agregar agua mientras se cuecen. Cuando los frijoles estén suaves, poner sal al gusto y pasar por la licuadora.

A continuación, calentar la mantequilla y el aceite en una sartén y agregar los ajies, la cebolla y el ají molido. Freír hasta que esta mezcla forme una salsa espesa. Poner un poco de sal y, gradualmente, agregar los frijoles molidos, revolviendo y cocinando a calor suave hasta que la mezcla espese. Añadir el queso poco a poco y cocinar a fuego lento hasta que la mezcla de frijoles espese un poco.

Para servir, poner los frijoles en un platón, acompañados de tortillas de harina recién hechas.

## Enfrioladas

---

18 tortillas delgadas  
200 grs. de longaniza  
frita y  
desmenuzada

3 tazas de frijoles  
cocidos

Caldo de frijol

1 hoja de aguacate  
tostada

1 cebolla chica

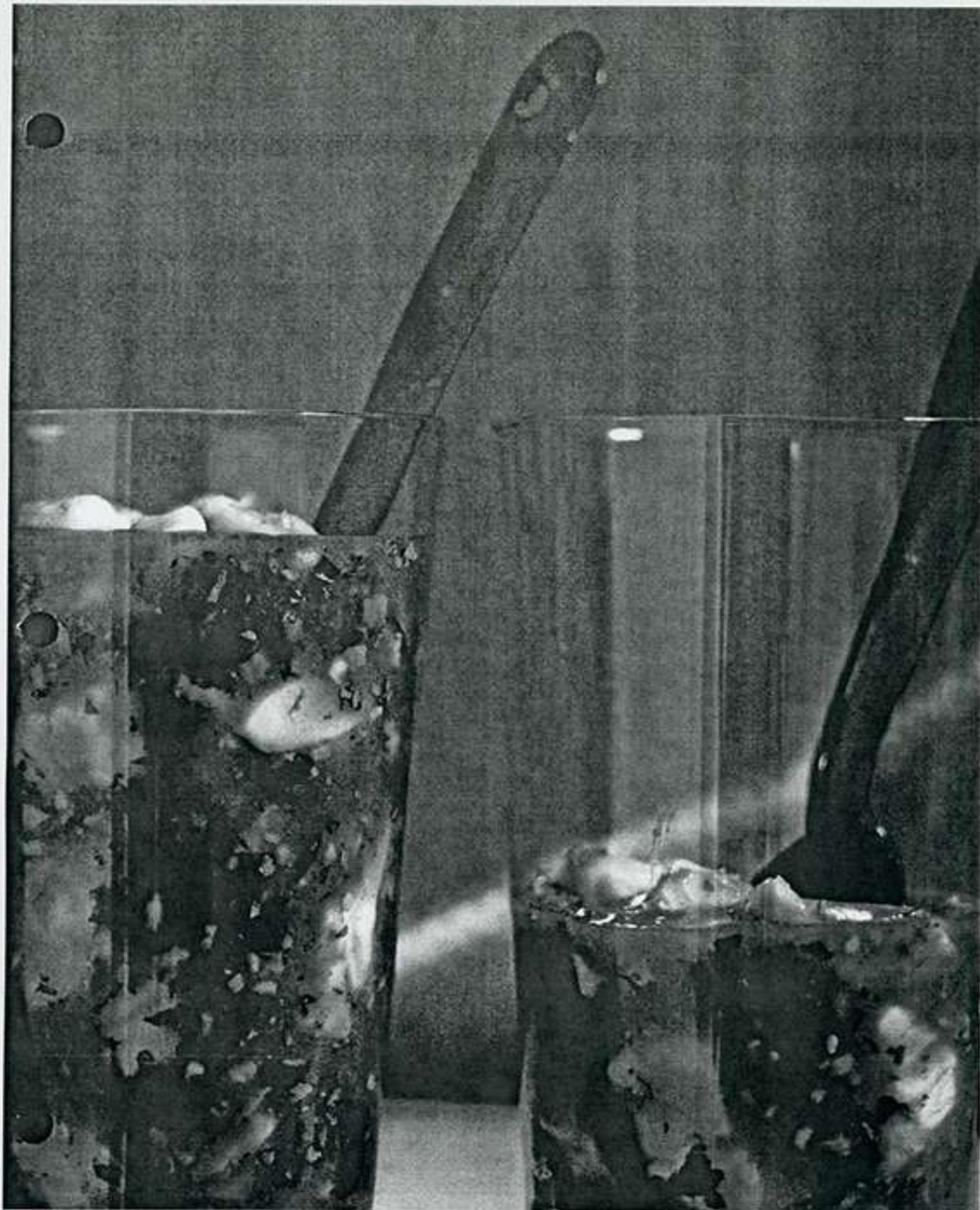
30 grs. de manteca  
de cerdo

Aceite para freír

Sal

Muela los frijoles con la hoja de aguacate y la cebolla. Fría la pasta en la manteca caliente agregando caldo de frijol para aligerar. Sazone con sal y hierva unos minutos. En aceite caliente fría las tortillas, páselas por el preparado de frijol, rellene con longaniza desmenuzada, dóblelas y bañe con el puré de frijol para servir de inmediato, adornando con rebanadas de cebolla.

**6 porciones**



## ENTREMESES

### Cebiche Acapulqueño

- 1/2 kilo de filete de pescado sierra
  - 1 taza de jugo de limón
  - 1/2 taza de vinagre
  - 1 cebolla picada
  - 2 jitomates picados (sin piel ni semillas)
  - 1 ramito de cilantro picado
  - 2 chiles serranos picados
  - 1/2 cucharadita de orégano
  - 1/2 litro de salsa catsup
  - 6 tiras de aguacate
  - 6 aceitunas
  - 6 hojas de lechuga
- Sal y pimienta

Corte en cubos el filete de pescado. Marine con el jugo de limón, vinagre, sal y pimienta durante dos o tres horas. En otro recipiente combine la salsa catsup con la cebolla, jitomates, chiles, cilantro, orégano, sal y pimienta. Enfríe bien al refrigerador. Después de marinado el pescado, escurralo y enjuáguelo con una poca de agua. Agréguelo a la salsa ya preparada. Deje reposar una hora más y sírvalo muy frío adornando cada porción con una tira de aguacate, una aceituna y una hoja de lechuga.

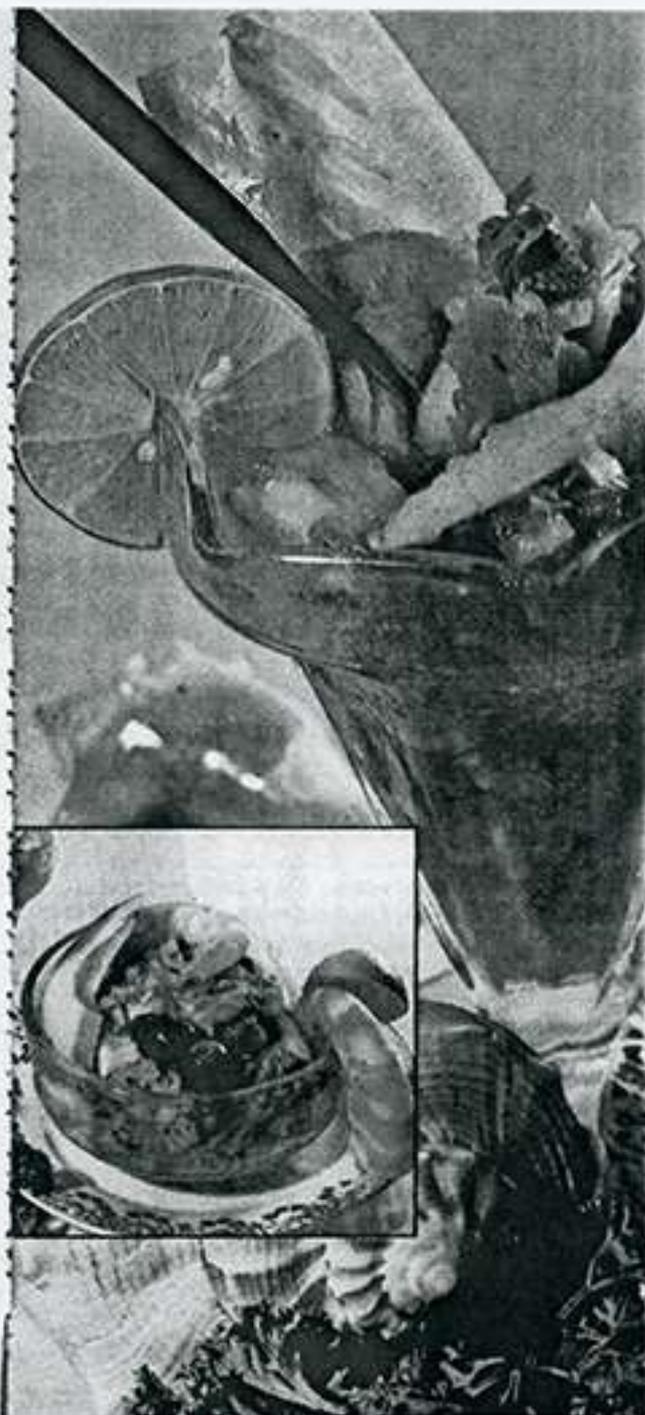
**6 porciones**

### Coctel de Mariscos a la Tuxpeña

- 1 frasco de ostiones
  - 1/2 kilo de camaroncitos cocidos
  - 1/2 kilo de pulpo cocido y picado
  - 1/2 kilo de pulpa de pescado cocida y picada
  - 1 cebolla picada
  - 3 jitomates picados (sin piel ni semillas)
  - 1 ramito de cilantro picado
  - 3 limones: el jugo
  - 2 aguacates picados
  - 1 cucharadita de salsa Tabasco
  - 50 grs. de aceitunas negras
- Sal y pimienta

En un recipiente combine todos los ingredientes, incluso el jugo de los ostiones colado. Sazone bien con sal y pimienta y enfríe al refrigerador. Sírvalo muy fresco adornando con camarones, ruedas de limón y hojas de lechuga.

**8 porciones**



## cebiche acapulqueño

### para el pescado:

- 750 gramos de huachinango o sierra en filetes, cortados en trozos de 1 1/2-2 1/2 centímetros
- Jugo de 14 limones
- Sal al gusto

### para la vinagreta:

- 1 1/4 cebollas medianas, finamente picadas
- 4 chiles serranos, finamente picados
- 3 jitomates medianos, finamente picados
- 1 taza de aceitunas verdes rellenas de pimiento, finamente picadas
- 1/2 taza de perejil, lavado y seco, finamente picado
- 1/2 taza de cilantro, lavado, finamente picado
- 3-4 tazas de salsa catsup
- 1 taza de aceite de oliva
- 1 lata de rajas de chile jalapeño de 120 gramos, finamente picadas, con todo y salmuera
- 1/4 taza de salsa inglesa
- 3/4 cucharada de orégano seco y molido
- 1 cucharada de salsa Cholula
- Sal al gusto

### para la presentación:

- Aceite de oliva extrapremium virgen
- 1 cucharada de cilantro, picado
- Galletas saladas

**para preparar el pescado** - En un recipiente hondo de vidrio ponga el pescado, cúbralo con el jugo de limón y sal al gusto y déjelo macerar por 1 minutos. Aparte la mitad de la marinada, enjuague el pescado con cuidado y escúrralo; regréselo al recipiente y refrigérelo durante la preparación de la salsa.

**para preparar la vinagreta** - En otro recipiente profundo prepare la salsa: mezcle las cebollas, los chiles serranos, los jitomates, las aceitunas, el perejil y el cilantro; incorpore la salsa catsup, el aceite de oliva, las rajas de chile jalapeño con la salmuera, la marinada, la salsa inglesa, el orégano, la salsa Cholula y la sal al gusto.

Vierta la salsa sobre el pescado y deje marinar durante 6 horas en el refrigerador.

## — Cebiche de pargo —

### Ingredientes para 6 personas:

1 pargo de 2 lb. aproximadamente, limpio y cortado en trozos pequeños

2 tazas de jugo de limón

4 dientes de ajo

6 cucharadas de aceite vegetal

4 tomates (jitomates) grandes

1 cebolla cabezona grande

2 ajíes (chiles serranos) en conserva

2 cucharadas de cilantro fresco picado

1/2 cucharada de vinagre de vino

3 cucharadas de salsa de tomate

1 cucharada de salsa de tabasco

1/4 de cucharada de orégano en polvo

Aceitunas negras y verdes

Sal y pimienta negra recién molida

Poner el pescado a marinar en un recipiente con el jugo de limón, durante 3 horas. Pelar los dientes de ajo y freírlos en el aceite, durante 4 minutos, a fuego bajo. Retirar los ajos y reservar el aceite.

A continuación, picar los tomates, la cebolla y los ajíes y verter en un recipiente.

Añadir el pescado marinado, previamente aclarado en agua fría y los ingredientes restantes. Rociar con el aceite reservado y mezclar bien. Servir en copas, adornándolas al gusto.



## Cebiche de huachinango

### Ingredientes para 4 personas:

<i>1 lb de pargo (huachinango) en filetes</i>
<i>3/4 taza de jugo de lima</i>
<i>3 ajíes (chiles serranos), sin semillas y cortados en tiritas</i>
<i>1 taza de gros de cebolla</i>
<i>1 cucharada de orégano fresco</i>
<i>Sal y pimienta recién molida</i>

Cortar el pescado en tiras de 5 cm de largo por 1/2 cm de ancho, y colocar en un recipiente de cristal. Añadir el jugo de lima, los ajíes, la cebolla, el orégano y sal y pimienta al gusto. Revolver y dejar en maceración 10 minutos. A continuación, escurrir el exceso de jugo, rectificar la sazón y servir frío.

## Cebiche de caracol de mar

*En la península de Yucatán hay caracoles de distintos tamaños: los pequeños se llaman chivitas y se recolectan en los manglares del río Lagartos, mientras que el caracol marino abunda en las aguas del golfo de México y del mar Caribe.*

### Ingredientes

1/2 kilo de caracol del mar Caribe; 6 limones; 1 taza de jitomate picado sin piel ni semillas; 3 cucharadas de cilantro picado; 1/2 taza de cebolla morada picada; 1 chile habanero, cortado

en rajitas (opcional); 1 chile serrano picado; 3 cucharadas de aceite de oliva; sal y pimienta al gusto.

### Preparación

Debe cuidarse que el caracol sea muy fresco. Marine el caracol con el jugo de cuatro limones durante una hora, aproximadamente; se escurre y se mezcla con el resto de los ingredientes. Se sazona y se añade limón al gusto. Se sirve en conchas o cocos partidos a la mitad adornados con rajitas de coco con chile. Puede acompañarse con galletas y salsas preparadas de chile.



## TACOS DE CAMARON

5 PORCIONES (3 TACOS C/U)



RESTAURANTE-BAR

### INGREDIENTES

350 GMS. CAMARON PACOTILLA  
250 GMS. JITOMATE  
150 GMS. CEBOLLA  
1 PZA. AGUACATE  
15 PZAS. TORTILLAS  
CHILE Y SAL AL GUSTO

### METODO DE PREPARACION

PICAR LA CEBOLLA, EL JITOMATE Y EL CHILE PARA ACITRONARLO, UNA VEZ SANCOCHADO AGREGAR EL CAMARON, PONER SAL AL GUSTO, YA SAZONADO RETIRAR DEL FUEGO.

CALENTAR LAS TORTILLAS PONIENDOLES UN POQUITO DE GRASA, SE SIRVEN TRES TACOS EN CADA ORDEN Y SE ADORNAN CON TIRAS DE AGUACATE.

PLAZA SAN JACINTO 3, SAN ANGEL, 550-1641 550-1942

## sopes con machaca de camarón

### para la machaca:

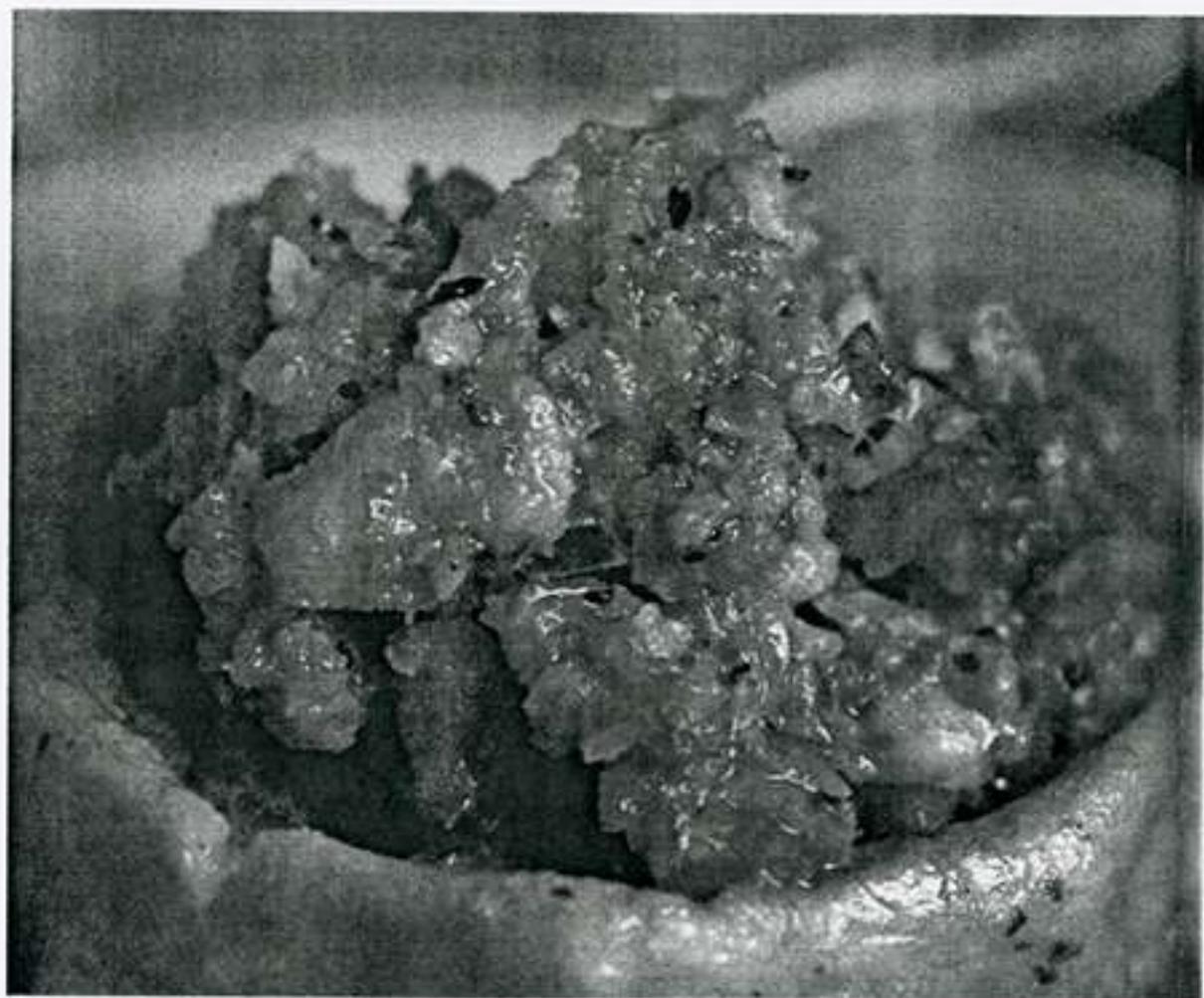
- 1/2 taza de aceite de oliva
- 1/3 taza de mantequilla
- 1 taza de cebolla mediana, finamente picada
- 6 chiles serranos, finamente picados
- 8 jitomates guajes, medianos, finamente picados
- 12 camarones grandes, sin cáscara, desvenados y finamente picados
- Sal al gusto
- 1/2 cucharadita de pimienta negra, recién molida

### para los sopes:

- 600 gramos de masa fresca, amarilla
- 1/4 taza de agua
- Sal al gusto

**para preparar la machaca** - En una sartén caliente el aceite y la mantequilla; agregue la cebolla y dórela ligeramente. Agregue los chiles y los jitomates y hierva a fuego mediano hasta que empiece a espesar y suelte la grasa. Agregue los camarones y cocine a fuego lento durante 20 minutos. Sazone con sal y pimienta.

**para preparar los sopes** - Caliente un comal; trabaje la masa fresca de maíz, añadiendo agua tibia y sal; amase hasta obtener una pasta tersa, suave y brillante. Debe trabajar la masa como si fuera para pan, o sea, extendiéndola con fuerza sobre una superficie hasta formar una bola húmeda. Deje reposar la masa durante 8 minutos. Prepare una máquina tortilladora con 2 cuadros de bolsa de plástico. Tome una cucharada de la masa y forme una bolita de 50 gramos; colóquela entre los plásticos, cierre la máquina y presione ligeramente hasta obtener una tortilla de 1/2 centímetro de grosor y de 6 centímetros de diámetro. Con cuidado retire la masa de los plásticos y cocínela de un lado y de otro en un comal precalentado; debe esponjarse, pero cuide que no se reseque, ya que debe pellizcar los bordes y la tortilla tiene que estar tierna. Una vez cocida, envuelva la tortilla pellizcada en una servilleta. Repita el procedimiento con el resto de la masa.



## *tostadas de camarones a la diablo*

### *para las tortillas:*

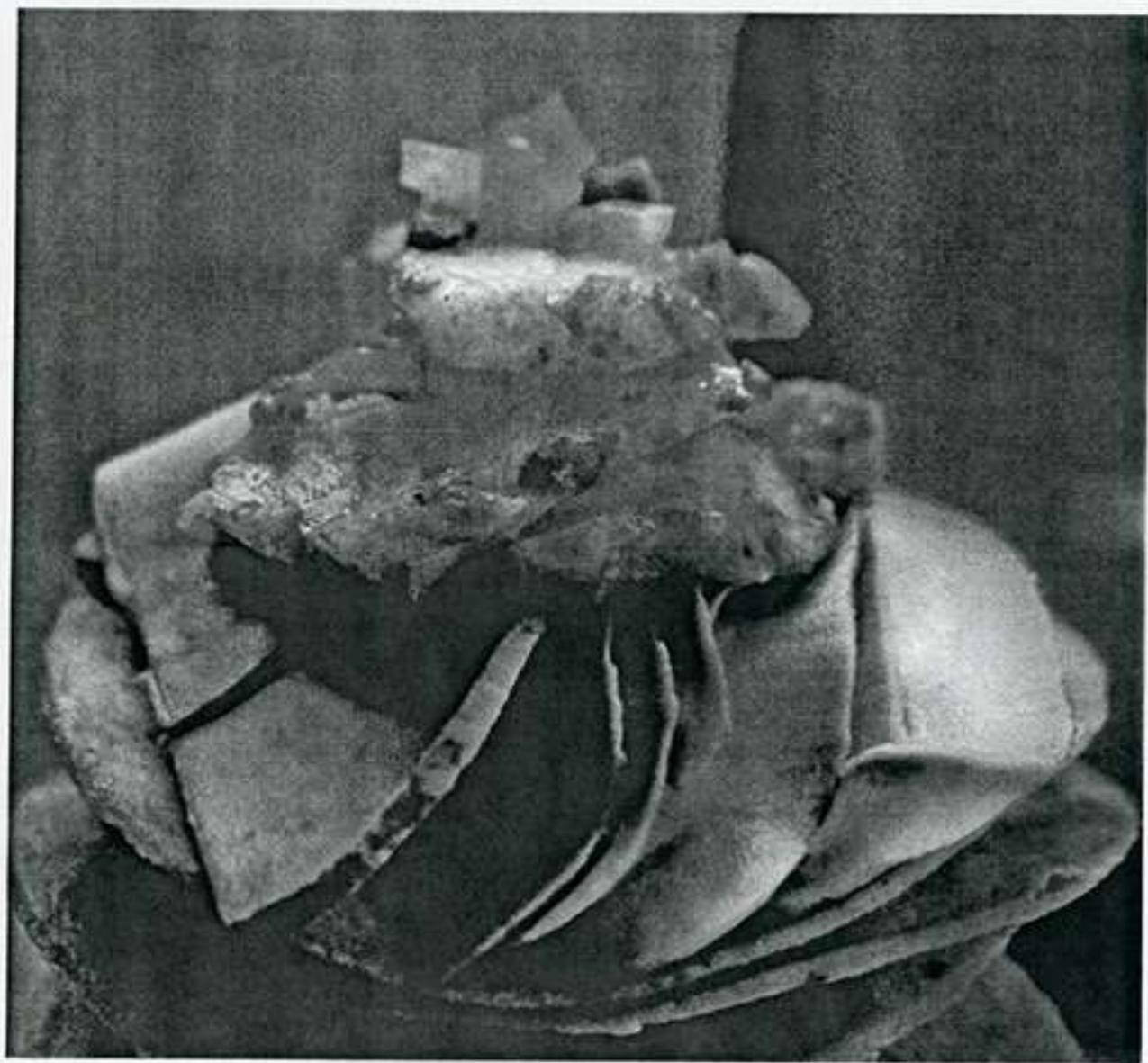
- 1 taza de aceite de maíz
  - 18 tortillas muy delgadas, cortadas de 4-5 centímetros de diámetro
  - 2 aguacates medianos maduros, cortados por la mitad, sin piel y en rebanadas delgadísimas
- Sal al gusto

### *para los camarones:*

- 18 camarones medianos, frescos, lavados y desvenados
  - 2/3 taza de mantequilla ablandada
  - 4 1/2 cucharadas de chiles chipotles de lata, hechos puré
  - 1 cucharadita de salsa Cholula
  - 2 cucharadas de aceite de oliva
  - 1/2 taza de salsa pico de gallo
- Sal al gusto

*para preparar las tortillas* - En una sartén ponga a calentar el aceite, sal que con un poquito de sal y fría las tortillas de un lado y de otro con la ayuda de un tenedor, hasta que estén crujientes y ligeramente doradas. Escurre las tostaditas sobre papel servilleta.

*para preparar los camarones* - En una batidora acrete la mantequilla junto con los chipotles en puré y la salsa Cholula. Sazone con sal. Ponga los camarones en un recipiente y embárrelos con la mantequilla preparada. Precaliente una sartén, añada el aceite, incorpore un poco de la mantequilla y a los camarones por ambos lados. Sazone con un poco de sal y cocínelos hasta que queden adobados, sin sobrecocerlos; retírelos y rebánelos diagonales en sesgo.



## Aguacates rellenos de callo de hacha

### Ingredientes para 6 personas:

3 aguacates grandes maduros pero firmes
1 lb de conchas de peregrino (callo de hacha) abiertas y limpias
5 cucharadas de jugo de lima
1 cucharada de orégano fresco, picado
1 cucharada de cilantro fresco, picado
1/2 taza de aceite
Sal y pimienta recién molida

Poner la carne de las conchas en un recipiente de cristal, rociar con el jugo de lima, espolvorear con el orégano y el cilantro y añadir el aceite. Sazonar con sal y pimienta y dejar macerar durante 15-20 minutos hasta que la carne de las conchas esté opaca. Cortar en trocitos y reservar.

A continuación, cortar cada aguacate por la mitad, a lo largo. Desechar el hueso y retirar la pulpa con una cucharita, reservando las cáscaras.

Mezclar la pulpa de los aguacates con la carne de las conchas y rellenar de nuevo los aguacates con la mezcla.

# SALPICÓN DE MARISCOS

Este fresco salpicón es ideal para la hora de la botana.

## INGREDIENTES

- 120 gramos de pulpa de jibia bien limpia y cocida
- 120 gramos de caracol picado
- 120 gramos de pulpo cocido y picado
- 200 gramos de camarón cocido y picado
- 2 tomates picados muy finamente
- 1 cebolla mediana picada muy finamente
- Chile serrano al gusto picado muy finamente
- 1 aguacate picado finamente
- 3/4 de taza de aceite de olivo
- Jugo de un limón o al gusto
- Sal y pimienta al gusto
- Aguacate rebanado para decorar

*Para 6 personas*



## PREPARACIÓN

Se mezclan todos los ingredientes y se decora con rebanadas de aguacate.

## PRESENTACIÓN

Se sirve en un platón de vidrio acompañado con totopos.

# ARROZ A LA TUMBADA

*T*

ípica de Boca del Río, esta receta nos recuerda un poco los arroces caribeños.

## INGREDIENTES

Para el arroz blanco:

- 100 gramos de mantequilla
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1/2 cebolla chica finamente picada
- 5 tazas de arroz
- 5 tazas de agua
- Jugo de 1/2 limón
- 1 rama de perejil

Para el arroz a la tumbada:

- 50 gramos de mantequilla
- 1 cebolla mediana picada finamente
- 4 tomates grandes azules, pelados, molidos y escurridos
- 2 dientes de ajo chicos pelados y picados finamente
- 5 tazas de caldo de cazón, o de pescado (ver Nota en caldo de molida)
- 50 gramos de filete de pescado cortado en trozos
- 240 gramos de pulpo cocido y cortado en trozos
- 20 camarones medianos pelados y jebes en su concha
- 11 almejas bien lavadas
- 1 rama grande de epazote
- 1 rama de perejil
- Sal al gusto

Para 6 personas



## PRESENTACIÓN

Se sirve en la misma cazuela de barro en la que se cocinó acompañado por una salsa de chile al gusto y tortillas o pan.

## PREPARACIÓN

**El arroz:** Remoje el arroz en agua muy caliente durante 15 minutos, lo lava y escurre; fríalo en la mantequilla y el aceite, cuando este a medio freír, añada la cebolla y déjelo seguir freyendo, al momento que suene como arenita agregue el agua y el jugo de limón. Cuando suelte el hervor se baja el fuego muy bajo y se tapa la cazuela, se deja cocer a fuego lento durante aproximadamente 20 minutos.

**Nota:** Este arroz va a quedar un poco duro, así es como debe servirse.

**Arroz a la tumbada:** En la mantequilla se pone a acitrornar la cebolla y el ajo, se añade el tomate y sal al gusto; se sazona perfectamente hasta que el tomate esté bien espeso y no sepa a crudo; se le agrega el caldo de pescado (o agua), el pescado, los camarones, los pulpos, las almejas, las almejas, el epazote, el perejil y sal al gusto. Se deja hervir a fuego lento durante cinco minutos o hasta que el pescado esté cocido, inmediatamente se le añade el arroz blanco y se deja hervir durante aproximadamente 10 minutos más. Este arroz debe quedar aguado.

# — Huevos rancheros —

## Ingredientes para 4 personas:

4 huevos
4 tomates (jitomates)
1 trozo de cebolla
1 diente de ajo
Ají (chile serrano) al gusto
4 tortillas
1 cucharada de cilantro fresco, picado
Aceite para freír

1/2 taza de queso fresco

Sal y pimienta

Asar los tomates, pelarlos y licuar junto con la cebolla, el diente de ajo y ají al gusto. Verter en una sartén, sazonar con sal y pimienta y freír.

Calentar aceite, freír las tortillas, dejarlas escurrir y pasarlas por la salsa de tomate.

A continuación, freír los huevos y poner una tortilla en cada plato, sobre ésta un huevo y salpicar con cilantro.

Por último, añadir un poco de salsa de tomate a cada plato, espolvorear con un poco de queso fresco desmenuzado, y servir decorado con aros de cebolla o al gusto.



1. Freír los tomates junto con la cebolla, el ajo y ají al gusto.



2. Freír las tortillas en aceite y pasarlas por la salsa de tomate.



3. Freír los huevos y ponerlos sobre las tortillas.



4. Añadir la salsa, y espolvorear con cilantro y queso fresco.

**Café de olla**

MÉXICO

En México, un país de grandes aficionados al café, se suele servir después de las comidas en pequeñas tazas, de aproximadamente 100 g. de capacidad. En México se utiliza para endulzarlo el llamado piloncillo, el azúcar moreno local, aunque puede sustituirse por cualquier otro tipo de azúcar moreno. El café para el desayuno, el café con leche, se prepara fuerte y se sirve en tazones o tazas grandes con leche caliente a partes iguales.

*Para 6 raciones*

3 tazas de agua	3 clavos enteros
1/3 de taza de azúcar moreno	3 tazas de café
1 trocito de canela en rama de unos 5 cm. de longitud	

Combine el agua, el azúcar, la canela y el clavo en un recipiente de barro o cualquier otro resistente al fuego y déjelo a fuego moderado, hasta que el agua rompa a hervir. Añada el café, espere a que rompa nuevamente a hervir, manténgalo 1 minuto a fuego lento, agítelo, tápelo y déjelo en algún lugar templado unos cuantos minutos para que los posos se sedimenten. Páselo por un colador y sívalo en tazas de barro o cualquier otro tipo de tazas para café.

Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

- INICIO**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- catas**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- contacto**  
Registro  
Comentarios
- Deutsche Übersetzung

Adelita	
<b>INGREDIENTES</b>	
-3 medidas de tequila -½ medida de Kahlúa -zumo de ¼ de limón	
<b>PREPARACION:</b>	
Vierta los ingredientes en la coctelera con hielo picado. Agite bien y cuele sobre una copa de cóctel	

[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Recetario**  
  
Bebidas con Tequila

0488811 Visitas desde 8/10/01

**Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados**

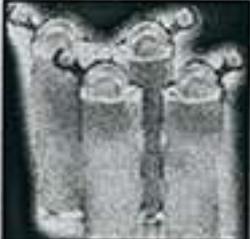
colec  
marc  
H. C  
Ley .f  
notic



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

Recetario de Bebidas

INICIO	Bienvenida Encuesta Galería Créditos Canclones Triptico Mapa del Sitio
HISTORIA	Los Pioneros Las Fábricas
NOTICIAS	Noticias Nuevas Botellas Novedades Diversión
CARAS	Procedimiento Asociación... Academia... Enológico...
CONTACTO	Registro Comentarios
Deutsche Übersetzung	

Bull Tequila	
<b>INGREDIENTES</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 onza de tequila</li> <li>- 1/2 tarro de cerveza clara</li> <li>- Refresco de limón</li> </ul>	
<b>PREPARACION:</b>	
Sirva el tequila y la cerveza en su tarro favorito, complete el contenido con el refresco de limón.	
	

colec

marc

San Mi

Sau:



notic

Can Nue Pres Ver

**Recetario**



Bebidas con Tequila

[Regresar](#) [Imprimir](#)

048881 Visitas desde 8/10/01

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Directorio de Bebidas**

INICIO		Bienvenida Encuesta Galería Créditos Canciones Triptico Mapa del Sitio
HISTORIA		Los Pioneros Las Fábricas
NOTICIAS		Noticias Nuevas Botellas Novedades Diversión
CONTACTO		Procedimiento Asociación... Academia... Enológico...
		Registro Comentarios
		English version

<b>Caramba</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 1/2 oz. de tequila blanco</li> <li>- 3 oz. de jugo de toronja</li> <li>- 1 cucharada de azúcar</li> <li>- refresco</li> <li>- hielo</li> </ul>	
<b>PREPARACION:</b>	
<p>Agite todos los ingredientes, excepto el refresco, en una coctelera con hielo. Añada el refresco y sirva en un vaso grande.</p>	
	

**Directorio**



Bebidas con Tequila

04/09/02 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#)   [Imprimir](#)

**Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados**

coleccion

marc

Regio  
Rese  
del Se



notic

Ju  
Be  
Me  
Ho  
Ve



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

- INICIO**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- HISTORIA**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- NOTICIAS**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- CATAS**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- CONTACTO**  
Registro  
Comentarios
- versione Italiano

**Recetario**  
  
Bebidas con Tequila

04/09/02 Visitas desde 8/10/01

**Recetario de Bebidas**

**Changirongo**

<p><b>INGREDIENTES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-1 ½ Onza de Tequila.</li> <li>-jugo de ½ limón.</li> <li>-refresco de Cola.</li> <li>-sal.</li> </ul> <p><b>PREPARACION:</b></p> <p>En un vaso largo con hielo agregue 1 ½ Onza de Tequila, el jugo de ½ limón, complete con Coca-cola y una pizca de sal.</p>	
---	---

[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados**

Haga  
Aquí P  
Naveg  
Colec  
colec  
marc  
Orenc  
Pancho  
H  
d  
notic



Colecti3n  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

**INICIO**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galeria  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio

**historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas

**noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversi3n

**catas**  
Procedimiento  
Asociaci3n...  
Academia...  
Enol3gico...

**contacto**  
Registro  
Comentarios

Deutsche Übersetzung

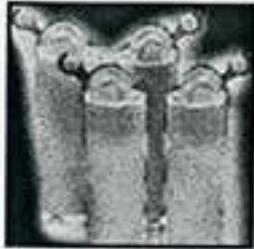
**Charro Negro**

**INGREDIENTES**

- 1 oz. Tequila
- 1 oz. Refresco de Cola
- 1 oz. Agua mineral
- el jugo de 1/2 lim3n
- hielo

**PREPARACION:**

Sirva el tequila en un vaso mediano con hielo y mézclelo con el jugo de lim3n, agregue un chorrito de agua mineral y complete con el refresco de cola.



**Recetario**



Bebidas con Tequila

048902 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

colecti3n

marc

El Cha  
El Dia



notic

Can  
Nue  
Pres  
Ver



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

- Inicio
  - Bienvenida
  - Encuesta
  - Galería
  - Créditos
  - Canções
  - Triptico
  - Mapa del Sitio
- Historia
  - Los Pioneros
  - Las Fábricas
- Noticias
  - Nuevas Botellas
  - Novedades
  - Diversión
- Catas
  - Procedimiento
  - Asociación...
  - Academia...
  - Enológico...
- Contacto
  - Registro
  - Comentarios
- version Française

**Recetario**



Bebidas con Tequila

046902 Visitas desde 8/10/01

**Recetario de Bebidas**

**Chihuahua**

**INGREDIENTES**

1 oz. Tequila  
Jugo de toronja

**PREPARACION:**

Escarche un vaso con sal, sirva el tequila y llene el vaso con jugo, sirva con popote.



[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

colec

marc

Don Ma  
Doi  
Maximi



notic

Nu  
No  
Par  
Tec  
Ve



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

- INICIO**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- contacto**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- @**  
Registro  
Comentarios
- versione Italiano

**Coco Loco**

**INGREDIENTES**

- 1+ oz. Tequila
- 3 oz. Jugo de piña
- 2 oz. Jarabe de coco
- Coco rallado



**PREPARACION:**

Licúe con hielo y sirva en un vaso largo. Adorne con una rebanada de piña. Si es posible sirvalo dentro de un coco.

[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Recetario**  
Bebidas con Tequila

048902 Visitas desde 8/10/01

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

- colec
- marc
- Doña C
- El Cat
- c
- notic
- Ju.
- Be
- Me
- Ho.
- Ve



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

- inicio**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galeria  
Créditos  
Canciones  
Tríptico  
Mapa del Sitio
- historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- catas**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- contacto**  
Registro  
Comentarios
- versione Italiano

**Recetario**  
  
Bebidas con Tequila

046902 Visitas desde 8/10/01

Recetario de Bebidas  
*Fomaga blues*

**Humo Azul!**

**INGREDIENTES**

- 1 1/2 oz. Tequila
- 3 oz. Jugo de naranja
- 1/2 oz. Blue Curaçao

**PREPARACION:**

Sirva en una copa de vino con hielo finamente picado el tequila y el jugo. Sirva el curacao de modo que flote hasta arriba.



[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



colec

marc

Don A

Don J



notic

Nu  
No  
Par  
Tec  
Ve



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

inicio	Bienvenida Encuesta Galería Créditos Canciones Triptico Mapa del Sitio
historia	Los Pioneros Las Fábricas
noticias	Noticias Nuevas Botellas Novedades Diversión
catas	Procedimiento Asociación... Academia... Enológico...
contacto	Registro Comentarios
versione Italiano	

Recetario de Bebidas  
*Goiaba Teq.*  
**Tequila Guayaba**

**INGREDIENTES**

- 1 onza de tequila
- 1 onza de Triple Sec
- 1/2 onza de jugo de guayaba
- 6 golpes de jugo de limón, hielo

**PREPARACION:**

Licue los ingredientes con hielo y sirva en vaso corto. Adorne con cascaritas de naranja retorcidas o con guayaba verde y cereza. El jugo debe estar bien colado y debe llevar el azúcar requerido. El jugo de limón se puede cambiar por toronjas o naranja.



colec

marc

El Cha

El Dia

notic

Nu

No

Par

Tec

Ve

**Recetario**

Bebidas con Tequila

048902 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

- INICIO Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- HISTORIA Los Pioneros  
Las Fábricas
- NOTICIAS Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- CATAS Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- CONTACTO Registro  
Comentarios
- versione Italiano

L.S.D.	
<b>INGREDIENTES</b>	
<p>3/5 de Pisco. 1/5 de Tequila. 1/5 de aguardiente de frambuesa. 3 gotas de Curaçao azul. Hielo de Colores.</p>	
<b>PREPARACION:</b>	
<p>Directamente en vaso alto, se usan cubitos rojos y azules. vierta los ingredientes en el orden mencionado. Sirva con dos pajitas.</p>	



**Recetario**

Bebidas con Tequila

04/09/02 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



- colec
- marc
- Siete L
- Tapa
- notic
- Nu
- No
- Par
- Tec
- Ve

Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

- inicio**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- contacto**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- @**  
Registro  
Comentarios
- versione Italiano

*Luna Vermeha* Recetario de Bebidas

**Agua de Sandia Margarita**

**INGREDIENTES**

2 oz. de Tequila Blanco  
100% Agave ó Light  
Reposado.  
4 oz. de Agua de Sandia.  
½ de Licor de Damiana.  
¼ de vaso con hielo en  
cubos o machacado.

**PREPARACION:**

Vierta los ingredientes en  
una coctelera y agítelo  
todo para arriba, y vierta  
en una copa de cristal  
bordeado con sal.

Para hacer el Agua de  
Sandia.  
Rebane ¼ de media sandia  
y cuele con cubos de hielo  
para hacer 1 ½ a 2 tazas  
de puré de sandia.  
Agregue 5 tazas de azúcar  
en una jarra de 2 litros de  
agua fría, vierta el puré de  
sandia y mezcle.  
Si no puede conseguir el  
licor de Damiana usted  
puede sustituir con el Sec  
Triple.



colect  
marc  
**Los Azu  
Mexican**



notic  
Ha  
Te  
En  
Ve



048881 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



Colección  
Los  Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

- inicio**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- catas**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- contacto**  
Registro  
Comentarios
- version Française

Mango Sunrise	
<p><b>INGREDIENTES</b></p> <p>2 oz. de Tequila 100% Agave. 4 oz. de Agua de Mango. ¾ oz. Chambord. ¼ vaso con hielo en cubos o machacado.</p> <p><b>PREPARACION:</b></p> <p>Mezcle los ingredientes en una coctelera y cuélelo Vierta lentamente el Chambord y deje que se asiente.</p>	

**Recetario**



Bebidas con Tequila

[Regresar](#)    [Imprimir](#)

**Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados**

048902 Visitas desde 8/10/01

- coleccion
- marc
- Orencia
- Pancho
- noticia
- Can Nue Pres Ver



## Margarita

*1 medida y media de Tequila Jalisco  
1/2 medida de Cointreau  
1 medida de jugo de limón*

Humedezca con jugo de limón el borde de una  
copa y presiónelo en sal fina.  
Aparte, agite bien los ingredientes, con hielo, y  
cuele en la copa.





## ¿Qué es el Margarita?

Es un coctel preparado a base de tequila. Se sirve en una copa coctelera con el borde cubierto de limón y sal. Se mezcla el tequila con jugo de limón, Cointreau y hielo picado. Hay una gran variedad de combinaciones. Esta popular bebida multiplicó el consumo del tequila en el mundo, sobre todo en Estados Unidos. Son muchas las personas y bares que se adjudican su invención, tanto en ese país como en México. Una de las historias más conocidas señala que fue Margaret Sames, una mujer texana, quien lo ofreció por primera vez a sus invitados en su casa de Acapulco. Otra cuenta que Carlos "Danny" Herrera, de Tijuana, la preparó en honor de Marjorie — Margarita — King, una incipiente actriz que no podía beber otra bebida alcohólica que no fuera tequila... y Cointreau. Existen algunas preparaciones embotelladas, pero siempre goza de más aceptación el Margarita hecho en el momento.

Colecti3n  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

- INICIO**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galeria  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversi3n
- catas**  
Procedimiento  
Asociaci3n...  
Academia...  
Enol3gico...
- contacto**  
Registro  
Comentarios
- Deutsche Übersetzung

**Recetario**  
  
Bebidas con Tequila

014181902 Visitas desde 8/10/01

Recetario de Bebidas  
*Margarita blues*  
**Margarita azul**

**INGREDIENTES**

- 1 1/2 oz. de tequila
- 1 1/2 oz. de triple sec
- 1/2 oz. de curacao azul
- 1 1/2 oz. de jugo de lim3n
- sal

**PREPARACION:**

Mezcle los ingredientes en una coctelera, agite bien y sirva en una copa con la orilla escarchada con sal y lim3n.



[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



colecti3n  
marc  
**Los Azules Mexicanos**



notic  
Ha Te En Ve



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

- INICIO**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- HISTORIA**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- NOTICIAS**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- CATAS**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- CONTACTO**  
Registro  
Comentarios
- English version

**El Matador**

**INGREDIENTES**

- 1 1/2 onza\* de Tequila.
- 2 onzas de jugo de piña.
- 1 cucharadita de jugo de limón.

**PREPARACION:**

Se unen todos los ingredientes en la juguera.

Se bate bien y se sirve en un vaso de cóctel con bastante hielo. Decore con piña.

\*1 onza equivale a 50 cc.





colec  
marc  
Regio  
Rese  
del Se



notic  
Ju  
Be  
Me  
Ho.  
Ve

**Recetario**



Bebidas con Tequila

[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

048902 Visitas desde 8/10/01



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

inicio		Bienvenida Encuesta Galería Créditos Canciones Triptico Mapa del Sitio
historia		Los Pioneros Las Fábricas
noticias		Noticias Nuevas Botellas Novedades Diversión
catas		Procedimiento Asociación... Academia... Enológico...
contacto		Registro Comentarios
		English version

**Recetario de Bebidas**

**Mint Tequila**

**INGREDIENTES**

- 3/4 de medida.
- 6 hojas de menta.
- 1/4 de medida de zumo de limón.
- 1 cucharadita de azúcar.
- 1/2 taza de hielo picado.
- 1 casco de limón.

**PREPARACION:**

Vierta todos los ingredientes en la batidora.  
Utilice velocidad media durante 20 segundos.  
Sirva en una copa de cóctel adornando con el limón.



Haga Aquí

colec

marc

Cuervo -  
Cuer  
Tradici

notic

Can  
Nue  
Pres  
Ver

**Recetario**

Bebidas con Tequila

046902 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



## Coctel "Pancho"

*1 medida de Curasao azul  
1 medida de Tequila Jalisco  
1 medida de Drambuie  
Limonada, para completar*

Agite bien los ingredientes, con hielo,  
y cuele en un vaso alto que contenga hielo picado.  
Complete con limonada y adorne con una rebanada  
de limón. Tómelo con "popote" (pajilla).



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

Recetario de Bebidas

INICIO	Bienvenida Encuesta Galería Créditos Canciones Triptico Mapa del Sitio
HISTORIA	Los Pioneros Las Fábricas
NOTICIAS	Noticias Nuevas Botellas Novedades Diversión
CATAS	Procedimiento Asociación... Academia... Enológico...
CONTACTO	Registro Comentarios
Deutsche Übersetzung	

Petróleo	
<b>INGREDIENTES</b>	
- 1 1/2 onzas de tequila - 1 cucharada de jugo Maggi - 1 cucharadita de jugo de limón - hielo	
<b>PREPARACION:</b>	
Mezclar los ingredientes sobre el hielo en un vaso decorado.	



[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Recetario**  
Bebidas con Tequila

046902 Visitas desde 8/10/01

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

colec  
marc  
Doña Ci  
El Caf  
notic  
Ju  
Be  
Me  
Ho.  
Ve



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

- inicio**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Triptico  
Mapa del Sitio
- historia**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- noticias**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- catas**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- contacto**  
Registro  
Comentarios
- Versione Italiano

**Recetario**



Bebidas con Tequila

0489102 Visitas desde 8/10/03

Tamarindo Lindo

Recetario de Bebidas

**margarita de tamarindo frappenda**

**INGREDIENTES**

tequila  
jarabe de tamarindo  
frappe

**PREPARACION:**

no estoy segura, asi la pido  
pero sabe muy muy rica



[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

colec

marc

Regio  
Rese  
del Se

notic

Ju  
Be  
Me  
Ho  
Ve

Los  Colección  
Tequilas de  
**Don Rafael**

**inicio**

- Bienvenida
- Encuesta
- Galería
- Créditos
- Canciones
- Triptico
- Mapa del Sitio

**historia**

- Los Pioneros
- Las Fábricas

**noticias**

- Noticias
- Nuevas Botellas
- Novedades
- Diversión

**catas**

- Procedimiento
- Asociación...
- Academia...
- Enológico...

**contacto**

- Registro
- Comentarios

versione Italiano

**Recetario**



Bebidas con Tequila

048902 Visitas desde 8/10/01

**Recetario de Bebidas**

**Tequila Colada**

**INGREDIENTES**

- 2 oz. 100% agave Tequila.
- 2 oz. Agua de Coco.
- 4 oz. de jugo de Piña.
- ¼ vaso de hielo machacado.

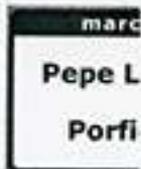
**PREPARACION:**

Colocar todos los ingredientes en una coctelera y agitar. Puede poner pedacitos de coco y agregar una cuña de la piña para adornarlo.



[Regresar](#) [Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

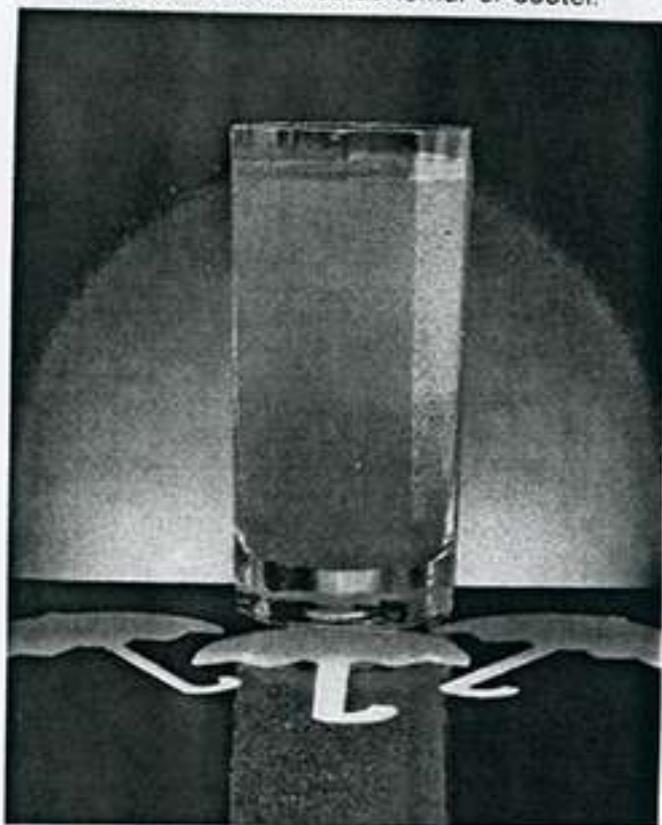




## Tequila Sunrise Añañecer

1 medida y 3/4 de Tequila Jalisco  
3 medidas y 1/2 de jugo de naranja  
1/2 medida de granadina

Ponga en una coctelera con hielo el jugo y el tequila, agite y cuele en un vaso alto. Añada cubos de hielo y vierta lentamente la granadina. Déjela asentar, pero revuelva antes de tomar el coctel.



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

- INICIO**  
Bienvenida  
Encuesta  
Galería  
Créditos  
Canciones  
Tríptico  
Mapa del Sitio
- HISTORIA**  
Los Pioneros  
Las Fábricas
- NOTICIAS**  
Noticias  
Nuevas Botellas  
Novedades  
Diversión
- CATAS**  
Procedimiento  
Asociación...  
Academia...  
Enológico...
- CONTACTO**  
Registro  
Comentarios
- English version

**Recetario**  
  
Bebidas con Tequila

048902 Visitas desde 8/10/01

**Recetario de Bebidas**

**Tequila sunset**

**INGREDIENTES**

- 1 oz. de tequila
- 1/2 oz. de licor de zarzamora
- jugo de naranja



**PREPARACION:**

Sirva el tequila y el jugo en un vaso grande con hielo, agregue lentamente el licor de zarzamora. Decore con una cereza.

[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados**

  
colec  
marc  
H. C  
Ley .5  
  
notic  
Nu  
No  
Par  
Tec  
Ve



Colectión  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

- INICIO
  - Bienvenida
  - Encuesta
  - Galería
  - Créditos
  - Canclones
  - Triptico
  - Mapa del Sitio
- INFORMACIÓN
  - Los Pioneros
  - Las Fábricas
- NOTICIAS
  - Noticias
  - Nuevas Botellas
  - Novedades
  - Diversión
- CATAS
  - Procedimiento
  - Asociación...
  - Academia...
  - Enológico...
- CONTACTO
  - Registro
  - Comentarios

Tropical	
<p><b>INGREDIENTES</b></p> <p>Tequila Cazadores. Jugo Arándano. Jugo Piña. Jugo Naranja.</p> <p><b>PREPARACION:</b></p> <p>Este delicioso cóctel se prepara con Tequila Cazadores, y la mezcla de tres jugos: arándano, piña y naranja. Dándole un toque especial con un chorrillo de controy.</p>	

**Recetario**



Bebidas con Tequila

0481902 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados**

colectión

marc

H. C

Ley .5



notic

Nu  
No  
Par  
Tec  
Ve





- AMOREX
- BAR
- BITS Y BYTES
- INTERES GENERAL
- BROMAS
- COCINA
- COMUNIDAD
- LIBRO DE VISITAS
- DIVERSION
- LIGAS
- DESPACHO
- PARA TUS PAGINAS
- PELLICULAS
- MP3
- TARJETAS
- RECONOCIMIENTOS



- CHISTES
- COMPUTACION
- MUSICA

AGADIR COCTEL  
LOS COCTELES

## Los Cocteles de WebMx.com

Esoja de los siguientes cocteles:

### VAMPIRO

Contribuido por: Pedro Ubaldo

#### Contenido del coctel

- 1 parte de tequila blanco
- 2 partes de sangrita
- 2 partes de jugo de naranja
- 2 partes de refresco de toronja
- unas gotas de salsa picante
- unas gotas de jugo sazonador
- el jugo de 1/2 limon

#### Instrucciones de preparado

En un vaso alto escorchado se coloca el hielo y se vierte el tequila, la sangrita, el limon, la salsa, el jugo de naranja, el jugo sazonador y se termina de llenar el vaso con refresco de toronja, se mezcla en el vaso todos estos ingrediente y listo.  
Preparación para 1 coctel.

### Invita a tus amistades a conocer WebMx.com!!!

Sólo ingresa sus datos aquí y nosotros haremos el resto...

Nombre completo:    
 Correo electrónico:

Antes de enviarnos un correo electrónico por favor lee esto:  
 Estas páginas están diseñadas para ser vistas a una resolución de 800 por 600 utilizando Netscape.  
 Derechos Reservados © 1998, 1999, 2000 Intelligent Business de México, S.A. de C.V.



# Librería Gastronómica

[libros](#)[recetas](#)[novedades](#)[<... A la página anterior](#)[Añadir receta ...>](#)[Recetas : Bebidas y zumos : Vampiro](#)

## Vampiro

### Ingredientes:

tequila                    1 oz.  
sangrita                   2 oz.  
refresco de toronja 3 oz.  
limón                        1  
hielos  
sal  
salsa picante

Escarche el vaso con sal. Agregue hielos, exprima el jugo de un limón, agregue el tequila, la sangrita, el refresco de toronja y la salsa picante al gusto; agite y listo. Sabrosísimo. Salud.

***Pais: México***

***Región: Sinaloa***

***Autor: May***



## ¡Viva María!

*1 medida de Tequila Jalisco  
1/2 medida de jugo de limón  
1/4 de medida de Marrasquino  
1/2 cucharadita de granadina  
La mitad de una clara de huevo*

Agite bien los ingredientes, con hielo,  
y cuele en una copa champañera con hielo picado.  
Adorne con una rebanada de limón y cereza.



AMOREX

BAR

BITSY BYTES

INTERES GENERAL

BROMAS

COCINA

COMUNIDAD

LIBRO DE VISITAS

DIVERSION

LIGAS

DESPACHO

PARA TUS PAGINAS

PELIJULAS

MP3

TARJETAS

RECONOCIMIENTOS



Copyright  
1998-21

CHISTES COMPUTACION MUSICA

ANADIR COCTEL  
LOS COCTELES

## Los Cocteles de WebMx.com

Escoja de los siguientes cocteles:

ZOMBIE

Ver el contenido y preparado del coctel

### ZOMBIE

Contribuido por: Robinson Salazar

#### Contenido del coctel

1 chorro de ron  
1 chorro de tequila anejo  
1 chorro de whisky  
2 golpes de kalhua  
1 chorro de crema  
gotas amargas  
3 cucharadas azúcar fina  
hielo

#### Instrucciones de preparado

mezclar todos los ingredientes en la liquera revolvela bien agregar a un vaso hielito frapo y servirlo a ti a tus amigos o amigas y vete que al principio no pasa nada pero luego terminaran como su nombre diviertase  
Proporcion para 2 cocteles.

#### Invita a tus amistades a conocer WebMx.com!!!

Sólo ingresa sus datos aquí y nosotros haremos el resto...

Nombre completo:

Correo electrónico:

Antes de enviarnos un correo electrónico por favor lee esto

Estas páginas están diseñadas para ser vistas a una resolución de 800 por 600 utilizando Netscape.  
Derechos Reservados © 1998, 1999, 2000 Intelligent Business de México, S.A. de C.V.



## LA SANGRITA

Orgullosamente Chapalense  
PRIMERA PARTE

Un día, en los años 20's José Edmundo Sanchez disfrutaba su tequila en su Salon-restaurant, que se ubicaba en la orilla del Lago de Chapala, tomaba un sorbo de tequila y chupaba una naranja cortada en cuartitos con sal y chile rojo de arbol molido mientras observaba la tranquilidad del Lago y el atardecer, su esposa Maria Guadalupe Nuño de

Sánchez, se le ocurrió exprimir las naranjas, que siempre procuraban que fueran de la región pues Don José decía que debería poseer cierta acidez, con un poco de sal y chile molido; el resultado fué un liquido pálido, entonces se les ocurrió agregarle un colorante vegetal y pensaron en el color rojo. Al ver el color rojo, casi como la sangre decidieron llamarla Sangrita. El resultado fué de su agrado, el color blanco del tequila y el color amarillo del tequila reposa do contrastaba con el color rojo de su sangrita y así lo comenzaron a ofrecer en su establecimiento su creación tequila, acompañado de sangrita.



CHAPALA, JALISCO, MEXICO

Edmundo, uno de los hijos de este matrimonio, se dió a la tarea de difundir esa peculiar bebida que se lleva muy bien con el tequila, y con no pocos esfuerzos, frentazos y mucho trabajo formó una pequeña Empresa que vendía su orgullosa sangrita.

La sangrita pronto se conoció y fué la base de una empresa que es cien por ciento Chapalense, y que tiene el orgullo de que es conocida en casi todo el mundo. Hoy la conocemos como Sangrita Viuda de Sánchez, en honor a la senora Maria Guadalupe Nuño, esposa de Don José Edmundo Sanchez.



CARRERA DE AUTOS EN CHAPALA

Hoy el equipo cuenta con una planta industrial que está ubicada en el corazón de Chapala, con máquinas extractoras para limón, naranja y toronja.

Treinta y seis años antes, Don Edmundo Sánchez Nuño, con un reducido grupo de trabajadores; comenzó con una fábrica casera para elaborar

sangrita, basado en la tradicional receta de su madre la señora Guadalupe Nuño de Sanchez, mejor conocida como la Viuda de Sánchez.

El esfuerzo y la integración de Edmundo, Juan Jorge y José Francisco, hijos de Don Edmundo, la pequeña empresa fué creciendo hasta llegar a tener el prestigio internacional que ahora goza.

La tecnología moderna ha desplazado al antiguo método de exprimir naranjas ácidas, ahora se solicita este producto a empresas que producen jugos concentrados sin conservadores, colorantes, saborizantes o aromatizantes artificiales y que se conservan congelados en tambores de acero a -20° Centígrados y con doble bolsa de polietileno para prevenir cualquier tipo de alteración en sus características fisicoquímicas u orgánicas.

La sangrita ya formada forma parte de la historia del tequila, y es una combinación que se ha difundido

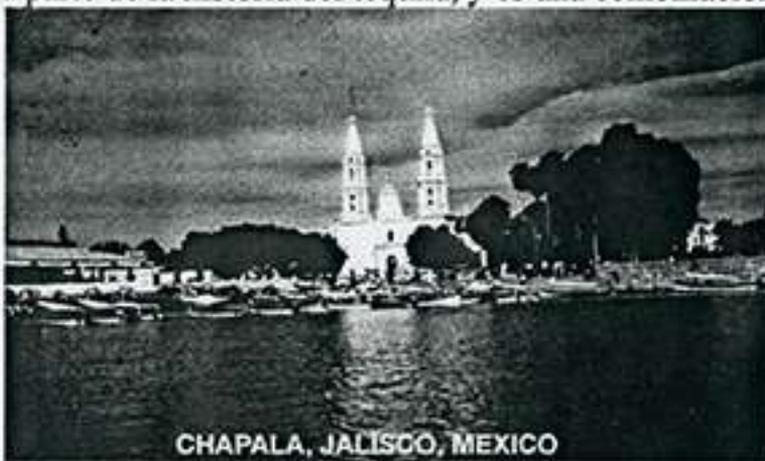
mundialmente. Actualmente

**PRODUCTOS SANE DE  
CHAPALA, S.A. DE C.V.**

como así reza su razón social es una empresa que esta preocupada por las condiciones ambientales y obedeciendo a eso ha ingresado a un programa internacional de

Administración ambiental

conocido como Norma Internacional ISO 14000, el cual certifica a nivel mundial, el control y la contaminación, entre otras cosas.



"Al entrar al ISO 14000" explica Edmundo Sánchez Ramírez hijo de Don Edmundo y uno de los encargados del programa ambiental, "nos comprometemos a cumplir con las normas y requerimientos para poder tener una certificación a nivel internacional por lo que invitamos a la sociedad, a los vecinos a que nos participen sus sugerencias, sus solicitudes hasta sus reclamos en relación a la fábrica, a nosotros nos interesa saberla para así mejorar y con mucho gusto invitamos a todos para que nos visiten o nos llamen. Nuestros teléfonos están a su disposición. 5-23-51, 5-30-96 y 5-31-39 Fax 5-40-20.



Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

**Recetario de Bebidas**

**INICIO**

- Bienvenida
- Encuesta
- Galería
- Créditos
- Canções
- Triptico
- Mapa del Sitio

**HISTORIA**

- Los Pioneros
- Las Fábricas

**NOTICIAS**

- Noticias
- Nuevas Botellas
- Novedades
- Diversión

**CATAS**

- Procedimiento
- Asociación...
- Academia...
- Enológico...

**CONTACTO**

- Registro
- Comentarios

versión Française

**Sangrita**

**INGREDIENTES**

- 8 oz. de jugo de tomate
- 4 oz. de jugo de naranja
- 3/4 oz. de jugo de limón
- 3/4 oz. de salsa inglesa
- 1/2 cucharadita de cebolla picada
- 1/2 cucharadita de salsa tabasco
- 1/2 cucharadita de sal
- hielo



**PREPARACION:**

Mezclar perfectamente todos los ingredientes con hielo y vertir en una jarra pequeña. La sangrita sirve para acompañar caballitos de tequila derecho.

[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados**

**Recetario**

Bebidas con Tequila

01/4/8/9/01/2 Visitas desde 8/10/01

coleccion

marc

Los Azules Mexican

noticia

No No Par Teq Ve



## Sangrita verde tequilera

Receta: Juan Nepomuceno Ortiz, Arandas, Jal.

*1 taza de jugo de naranja, de preferencia de naranjas un poco verdes; 1 pepino grande; 2 ramitas de perejil; 3 ramas de cilantro; varias hojas de yerba buena; 2 limones (su jugo); 4 chiles serranos; 1 cucharadita de azúcar y sal al gusto.*

*Mezcle los jugos en la licuadora con el pepino y añada el cilantro y perejil, los chiles serranos, el azúcar y la sal, mezcle y cuele. Refrigere antes de servir y adorne con las hojitas de yerba buena.*

---

[Principal](#) | [Menú](#) | [Siguiente](#) | [¡Escribame!](#) |

**Aperitivo Chapala  
"Sangrita"**

- ¼ de litro de jugo de naranja corriente
- 3 cucharadas de jarabe de granadina
- ½ cucharadita de picante rojo
- 1 cucharada de sal

*Manera de hacerse:* Se revuelven muy bien todos los ingredientes, se ponen a hervir, se sirve en vasitos chicos acompañados con charalitos fritos.

Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

INICIO		Bienvenida Encuesta Galería Créditos Canciones Tríptico Mapa del Sitio
HISTORIA		Los Pioneros Las Fábricas
NOTICIAS		Noticias Nuevas Botellas Novedades Diversión
CONTACTO		Procedimiento Asociación... Academia... Enológico...
		Registro Comentarios
		version Française

**Recetario de Bebidas**

**Submarino**

**INGREDIENTES**

- 1 onza de tequila
- 3/4 cerveza

**PREPARACION:**

En un pony agregar 1 onza de tequila y sostenerlo con los dedos, en esta posición tapar el pony con una jarra de cerveza, voltearla. El pony quedará invertido dentro de la jarra sin que se escape el tequila. Una vez realizado este procedimiento agregarle la cerveza. A medida que la vas bebiendo el pony se levantará un poco, dejando escapar el tequila, que se mezclará con la cerveza.



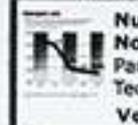
Haga  
Aqui P  
Naveg  
Colect  
colecto

marc

Siete L  
Tapa



notic



**Recetario**



Bebidas con Tequila

040902 Visitas desde 8/10/01

[Regresar](#)

[Imprimir](#)

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados



Los **Tequilas de Don Rafael**

Recetario de Bebidas

- BIENVENIDA
- ENCUESTA
- GALERIA
- CRÉDITOS
- CANCIONES
- TRÍPTICO
- MAPA DEL SITIO
- LOS PIONEROS
- LAS FÁBRICAS
- NOTICIAS
- NUevas Botellas
- NOVEDADES
- DIVERSIÓN
- PROCEDIMIENTO
- ASOCIACIÓN...
- ACADEMIA...
- ENOLÓGICO...
- REGISTRO
- COMENTARIOS
- Deutsche Übersetzung

**666**

**INGREDIENTES**

6 oz Cerveza  
6 oz Tequila  
6 oz Jugo de lima

**PREPARACION:**

Combine en la licuadora con hielo. Licúe hasta que quede como frappe y listo para servir.



[Regresar](#) [Imprimir](#)

**Recetario**



Bebidas con Tequila

Visitas desde 8/10/01

Copyright©2001 Tequilas Don Rafael.  
Todos los derechos reservados

coleccion

marc

El Cha

El Dia



notic

Nu

No

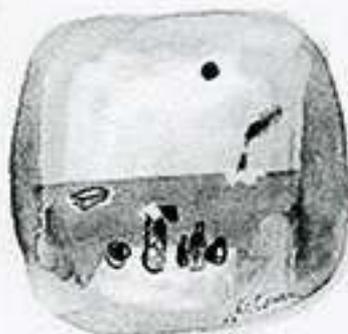
Par

Tec

Ve



M



## EL suplemento DE ESTILO DE EL MUNDO

### GASTRONOMÍA FRÍA Y A LA VEZ VOLCÁNICA

Eche usted un mejunje oscuro y punzante en un vaso largo, unos cubitos de hielo y rellene con cerveza; rubie oscura, da igual, que la michelada no es racista. ¿Michelada? Apréndanse el nombre: después de daiqu margaritas, caipirinhas, bloody marys y demás bebidas que se han ido poniendo de moda en el mundo, México nos va a enviar su última sensación, que además es menos alcohólica y más refrescante que esas notables predecesoras. Es tan avasallador el fenómeno en el pa y, sobre todo, en la ciudad de México, que nada menos que The New York Times ha lanzado una sesuda investigación para determinar de dónde procede y por qué tiene tanto éxito.

Lo de los orígenes no se aclara: parece una adaptación del petrolero, una mezcla de tequila, lima y sal tradicional en Veracruz. Pero el caso es que con cerveza en vez de tequila y una mezcla base un poco más potente, el resultado ha sido la explosión de popularidad. Lo que nadie puede saber, por lo que se ve, es dónde y cómo nació la bebida: no es, pues, como el pisco sour o el bellini.

No existe una receta fija, pero fundamentalmente se ponen partes iguales de salsas Tabasco, Perrins, soja y veces, Maggi (ese concentrado que se agrega a los cal de carne), con un poco de zumo de lima y de pimienta negra. Total, un par de dedos en el fondo de la copa. Luego, hielo y cerveza, y ya está.

Puede que suene a explosivo, y desde luego ésa es la intención. Algo carnosos, cítricos y punzantes a la vez, que agrega una dimensión más a la cerveza mexicana (que para qué negarlo, en sí misma es bastante sosa). Pare quizá un tanto primitivo, pero si la analizamos, esta bet reúne los elementos que han dado vida al triunfo mundial de la cocina mexicana: sabores nítidos, punzantes, carnosos, terrenales, picantes hasta causar adicción. P



AMOREX

BAR

BITSY BYTLES

INTERES GENERAL

BROMAS

COCINA

COMUNIDAD

LIBRO DE VISITAS

DIVERSION

LIGAS

DESPACHO

PARA TUS PAGINAS

Copyright  
1998-21

CHISTES

COMPUTACION

MUSICA

PELIQUIS

MP3

TARWERTAS

RECONOCIMIENTOS

 AÑADIR COCTEL  
 LOS COCTELES

## Los Cocteles de WebMx.com

Escoja de los siguientes cocteles:



### MICHELADA RECETA ORIGINAL

Contribuido por: Alberto Floresávila Leyva

#### Contenido del coctel

1 cerveza clara de 355 ml  
 1/2 limón  
 Sazonador de carnes (tipo Maggi)  
 Salsa Inglesa  
 Salsa Tabasco  
 Sal  
 Hielo

#### Instrucciones de preparado

Coloca una hora antes en un tarro fundecido dentro del congelador. Coloca sal en una servilleta o un plato plano y rebaja el medio limón apretado ligeramente sobre la boca del tarro precongelado y escarbalalo con la sal, agrega 2 hielos de buen tamaño, exprime sobre ellos el medio limón, ponle 20 gotas del Sazonador de carnes, 10 gotas de Salsa Inglesa, 5 gotas de Salsa Tabasco y sala al gusto. Finalmente llena el tarro de cerveza.  
 Proporción para 1 coctel.

#### Invita a tus amistades a conocer WebMx.com!!!

Sólo ingresa sus datos aquí y nosotros haremos el resto...

Nombre completo:

Correo electrónico:

Antes de enviarnos un correo electrónico por favor lee esto

Estas páginas están diseñadas para ser vistas a una resolución de 800 por 600 utilizando Netscape.  
 Derechos Reservados © 1998, 1999, 2000 Intelligent Business de México, S.A. de C.V.



- AMORES
- BAR
- BITSY BYTES
- INTERES GENERAL
- BROMAS
- COCINA
- COMUNIDAD
- LIBRO DE VISTAS
- DIVERSION
- LIGAS
- DESPACHO
- PARA TUS PAGINAS
- PELLIZCLAS
- MP3
- TARJETAS
- RECONOCIMIENTOS



CHISTES COMPUTACION MUSICA

ANADIR COCTEL  
LOS COCTELES

## Los Cocteles de WebMx.com

Escoja de los siguientes cocteles:

MICHELADA

Ver el contenido y preparado del coctel

### MICHELADA

Contribuido por: Marco Zavala

#### Contenido del coctel

una cerveza  
limón  
jugo sazonador  
salsa tipo inglesa  
salsa picante (de preferencia tabasco)  
sal al gusto

#### Instrucciones de preparado

En un vaso previamente escarchado, se sirve la cerveza, se le añaden un generoso chorro de sazonador y salsa inglesa, sal, y salsa picante al gusto y lima.  
Proporción para 4 cócteles.

#### Invita a tus amistades a conocer WebMx.com!!!

Sólo ingresa sus datos aquí y nosotros haremos el resto...

Nombre completo:

Correo electrónico:

Años de envíos en correo electrónico por favor lee esto

Estas páginas están diseñadas para ser vistas a una resolución de 800 por 600 utilizando Netscape.  
Derechos Reservados © 1998, 1999, 2000 Intelligent Business de México, S.A. de C.V.



## Cerveza, la espuma de la vida

La cerveza, con moderación, es buena. Gracias al dióxido de carbono refresca, por la presencia del alcohol y de componentes fenólicos no se contamina con elementos patógenos, y debido a las sustancias amargas del lúpulo estimula el hambre y facilita la digestión. Los primeros indicios que se tienen de la cerveza provienen del pueblo Sumerio, en la Baja Mesopotamia. Su civilización obtenía una bebida, fermentando el grano, que tenía carácter sagrado y medicinal a la que llamaban Sukari y cuya diosa protectora era Ninkasi. Por entonces, en la antigua ciudad de Uruk (actual Irak) el arquitecto real recomendó servir cerveza entre sus trabajadores "para estar más atentos a su trabajo y relajarse al final de la jornada".

### Información

La cultura de la cerveza está extendida por multitud de lugares y en muchas ciudades y países conforma un elemento principal dentro de la sociedad y las relaciones personales. Pero su historia comienza 4000 años a.c. Ya en el famoso *Código Hammurabi* se condenaba a los taberneros que estafaran a sus clientes en el precio del producto. Más tarde, los egipcios la convirtieron en la bebida nacional y descubrieron la malta, a la que adjuntaron azafrán, miel, jengibre, dátiles o cominos. Cuando los romanos toman el control del Mediterráneo, su diosa de la agricultura, Ceres, da el nombre a los cereales y la bebida obtenida de su fermentación; la *Ceres-Vis* o "Fuerza de Ceres" era elaborada entonces con trigo, cebada y avena o centeno, endulzándola con miel o amargándola con ajeno. Ya en la Edad Media, se representa a Carlomagno, conocido como el "rey de la cerveza", con una amplia sonrisa y una copa en la mano (un experto cervecero protegido de Carlomagno es el descubridor del lúpulo, de aroma y sabor agradables). Posteriormente, en el Renacimiento, surge la cerveza blanca, con tres grandes centros de fabricación: Hamburgo, Berlín y Hannover. Con la llegada de la ilustración sucede un elemento vital dentro de la historia de la cerveza: Pasteur consigue evitar la presencia de bacterias mediante la elevación de la temperatura de fermentación. Gracias a esto y a otros avances se consigue que la cerveza adquiera estabilidad y se pueda fabricar en cualquier época del año, así como transportarla en óptimas condiciones.

Y a la hora de servir nuestra cerveza hay que tener cuidado, ya que cualquier forma no sirve para apreciar como es debido todo su encanto. Entre otros aspectos, hay que servirla de un solo golpe, agitarla levemente después o tomar un ligero trago primero para probarla y hallar todo sus complejos sabores. En definitiva, la cerveza es un mundo en el que hay diferentes tipos, diferentes sabores, diferentes tradiciones pero que une a todo aquel al que le gusta... la espuma de la vida.

### Enlaces

#### ÍNDICE REC

-  Aficiones
-  Cine y tele
-  Deportes
-  Internet
-  Juegos
-  Modelos
-  Música
-  Viajes
-  Literatura
-  Curiosidad

 Las canci  
de mo  
en tu m

 Logos y me  
en tu M

#### OTRAS SEC

- La puerta
- La revista
- Guías del mar
- Pueblos plor
- Hoteles enc
- Turismo rur
- Naturismo
- Archivos div
- Radios on lin
- Prensa on lin
- Televisión on
- El buscador

**BAZAR**

↓ SUSCRÍBETE

Por tu email  
recuadro y tu  
GRATUITAMENTE  
correo, te  
información de  
el equipo de no  
OcioTotal

Suscríbete

↓ BUSCA EN OC

Busca

↓ AUDIO Y

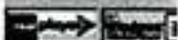
Nuestra Web,  
clips de audio  
diversos forma  
disfrutar de el  
tener instalado  
los siguientes p

## • MARCAS:

- [MAHOU](#) (castellano) Web oficial
- [CRUZCAMPO](#) (castellano) Web oficial
- [HEINEKEN](#) <http://www.heineken.com/> (Inglés) Web oficial
- [PILSNER URQUELL](#) Web oficial
- [AGUILA](#) (castellano) Web oficial
- [BUDWEISER](#) (Inglés) Web oficial
- [CRISTAL](#) (castellano) Web oficial
- [PILSEN](#) (castellano) Web oficial
- [KUNSTMANN](#) (castellano) Web oficial
- [POLAR](#) (castellano) Web oficial
- [AUSTRAL](#) (castellano) Web oficial
- [EL BOLSON](#) (castellano) Web oficial
- [DOBLE URUGUAYA](#) (castellano) Web oficial
- [MEISTER](#) (castellano/Inglés) Web oficial
- [VIEJO MUNICH](#) (castellano) Web oficial
- [AUSTRIAN BEER](#) (Inglés) Web oficial
- [BASS](#) (Inglés) Web oficial
- [BAVARIA](#) (Inglés) Web oficial
- [BIG ROCK](#) (Inglés) Web oficial
- [CARLSBERG](#) (Inglés) Web oficial
- [ALHAMBRA](#) (castellano) Web oficial
- [DAMM](#) (castellano) Web oficial
- [ESTRELLA GALICIA](#) (castellano) Web oficial
- [FOSTER'S](#) (Inglés) Web oficial
- [MILLER](#) (Inglés) Web oficial
- [MURPHY'S](#) (Inglés) Web oficial
- [PERONI](#) (Inglés/Italiano) Web oficial
- [SAN MIGUEL](#) (castellano) Web oficial
- [SARANAC](#) (Inglés) Web oficial

## • ORGANIZACIONES, ASOCIACIONES, CLUBES ...

- [Centro de Información Cerveza y Salud](#) (castellano) Organización que fomenta el consumo responsable y saludable de la cerveza. Entérate de lo bueno que tiene para la salud la cerveza.
- [A.E.T.C.M.](#) (castellano) Asociación Española de Técnicos de Cerveza y Malta
- [ALAFACE](#) (castellano) Asociación Latinoamericana de Fabricantes de Cerveza
- [Catalunya Home Brewers](#) (castellano) Asociación que tiene como objetivo dar a conocer la cultura cervecera y la elaboración casera.
- [Cervezas del mundo](#) (castellano) Club en el que te mandan mensualmente una serie de cervezas de todo el mundo. Hazte catador!
- [Cerveceros de España](#) (castellano) Todos los datos sobre la cerveza en España
- [Cervigal S.L.](#) (castellano)



- [El maravilloso mundo de la cerveza](#) (castellano)
- [Club de cerveza CELCE](#) (castellano) Club que se dedica a la colección de latas y etiquetas de cerveza
- [Club de las grandes cervezas](#) (castellano) Club virtual para amantes de la cerveza
- [Internationaler Brauereikultur](#) (inglés) Asociación para gente que ame la cerveza y todo lo relacionado con ella
- [Cerveceros Digitales](#) (castellano) Novedades, proyectos, historia...
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en España
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Argentina
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Bolivia
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Brasil
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Chile
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Colombia
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Ecuador
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en México
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Nicaragua
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Panamá
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Paraguay
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Perú
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Uruguay
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Venezuela
- [Breweriana](#) Fábricas de cerveza en Guatemala
- **ENTRETENIMIENTO**
  - [Mundo Cerveceros](#) (castellano) Si te quieres convertir en un experto cervecero aquí tienes tu página
  - [Cervezas on-line](#) (castellano) Portal del mundo cervecero
  - [Cerveceria.info](#) (castellano) Web dedicada a la cerveza artesanal
  - [Bar virtual Damm](#) (castellano) Entra en este bar virtual e infórmate, mediante clics con tu ratón en los diferentes objetos que encontrarás, de todas las opciones que hay
  - [Bierwinkel](#) (castellano) cadena de franquicias de cervecerías centro europeas y distribución de cervezas de importación
  - [Elaboración artesana de cerveza casera](#) (castellano) Aprende a hacerte tú mismo la cerveza
  - [La cerveza](#) (castellano) Historia, elaboración, clasificación....
  - [Noticias cerveceras](#) (castellano) Una selección de las más importantes noticias sobre la cerveza de los últimos dos años.
  - [Bar&Beer](#) (castellano) Publicación bimestral gratuita sobre la cultura de la cerveza
  - [Brewerian Net](#) (inglés) Para coleccionistas
  - [Catat](#) (castellano) Seis pasos a seguir para catat correctamente una cerveza
  - [Cerveza.com](#) (inglés) Portal dedicado al mundo de la cerveza.
  - [Diccionario cervecero](#) (castellano) Las palabras que necesitas controlar para hablar sobre la cerveza como es debido.
  - [Cerveza.com Site](#) (inglés) Guía de cervezas, fábricas, revistas ....
  - [Cerveza Casera](#) (castellano) Estadísticas, foros, noticias...
  - [Cerveza y salud](#) (castellano) Web que resalta las características saludables de la cerveza
  - [KBS Beer Bottle Collection](#) (inglés) Comprueba lo que piensan otros al probar más de 1800 tipos de cerveza
- **COCINA**
  - [Receta](#) (castellano) Pollo a la cerveza
  - [Receta](#) (castellano) Cerveza con especias
  - [Receta](#) (castellano) Cerveza mano a mano
  - [Receta](#) (castellano) Cerveza Limeña
  - [Tragos con cerveza](#) (castellano) Michelada
  - [Tragos con cerveza](#) (castellano) Submarino
  - [Tragos con cerveza](#) (castellano) Malta con huevo
  - [Tragos con cerveza](#) (castellano) Cerveza afrutada.
  - [Cerveceros digitales](#) (castellano) Los más cerveceros pueden encontrar, en este web, recetas para elaborar combinados a base de cerveza.



# MINT JULEP VERACRUZANO

*V*eracruz, los portales, la marimba, Agustín Lara, todo esto nos recuerda el Mint Julep.

## INGREDIENTES

25 hojas de yerbabuena  
2 cucharaditas de azúcar  
Unas gotas de Angostura  
3/4 de taza de hielo frappé  
2 medidas de brandy  
2 medidas de jerez seco

*Para 1 persona*



## PREPARACIÓN

Se machaca muy bien la yerbabuena con el azúcar, se coloca en el fondo de un vaso old fashion, se añade el hielo frappé, las gotas de Angostura, el brandy, el jerez, se mezcla muy bien y se sirve.

Nota: Si prefiere el Mint Julep más dulce puede sustituir el jerez seco por jerez dulce.

## PRESENTACIÓN

Se sirve muy frío en vasos medianos old fashion, si lo desea con popotes.

# TORITO DE CACAHUATE

En los restaurantes de La Antigua o Tlacotalpan sirven esta refrescante bebida.

## INGREDIENTES

1 litro de leche evaporada  
1 lata de leche condensada  
2 tazas de aguardiente de caña  
250 gramos de crema  
de cacahuete  
Hielo, el necesario

*Rinde 1 1/2 litros*



## PREPARACIÓN

Se licúa todo junto y se sirve bien frío. Si no lo va a servir inmediatamente se omite el hielo y se refrigera, antes de servirlo se licúa nuevamente con un poco de hielo.

Nota: Para hacer los toritos de guanábana o de guayaba se añade 1 1/2 tazas de pulpa de estas frutas y 1/2 taza de jarabe de azúcar y se cuele.

## PRESENTACIÓN

Se sirven bien fríos en vasos medianos. Son ideales para acompañar las picaditas.

**PONCHE PARA "POSADAS"**

Para 3 litros de agua,  
dos y media tazas de azúcar,

5 guayabas,

8 tejocotes,

6 ciruelas pasas,

10 clavos de olor,

12 pimientas

15 grs. de cacahuete, tostados y pelados,

unos trocitos de caña de azúcar

y unas rajas grandes de canela.

Se pone a hervir todo hasta que suavice la fruta,  
sin que se desbarate.

Se añade 1/2 botella de vino tinto,  
lo más dulce y rojo posible.

Para darle fuerza, se añade un poco de licor:  
coñac, ron o aguardiente de uva.  
(aconsejable: 1/2 copita tequillera por taza)

Nunca usar tequila, mezcal, zotol o whiky...  
su sabor echaría a perder el ponche...  
(sic)

	<u>tacos de:</u>	<u>tacos dorados de:</u>	<u>tostadas de:</u>	<u>quesadillas de:</u>	<u>otros :</u>	<u>arrozces :</u>	<u>frijoles:</u>
1	carnitas						
2	chicharrón					blanco	de la olla
3	hongos					rojo	charros
4	machaca					verde	borrachos
5	papa c/chor					moros y crist.	refritos
6	picadillo						
7	tinga (pollo)						enfrijoladas
8		machaca					
9		papa c/chor					
10		tinga (pollo)					
11			papa c/chor				
12			tinga (pollo)				
13				queso solo			
14				hongos con queso			
15				papa con queso			
16					queso asado		
17					queso c/chorizo asado		
18						enchilladas suizas	
19						enfrijoladas	
20					molletes		

chuleta  
pastor  
puntas

pescado  
camarón

pescado  
camarón

a la tumbada

mariscos:

cebiche pescado  
cebiche caracol  
cebiche campechano  
cocteles  
vuelve a la vida

salpicón de mar

sopas:

caldo tlalpeño  
sopa de lima  
sopa de tortilla  
sopa tarasca  
caldo de camarón

1	adelita				
2	bull tequila				
3	caramba				
4	changuirongo				
5	charro negro				
6	chihuahua				
7	coco loco				
8	fumaca blues				
9	goiaba teq				
10	lsd				
11	luna vermelha				
12	mango sunrise				
13	margarita				
14	margarita blues				
15	matador				
16	mint tequila				
17	pancho				
18	petróleo				
19	tamarindo lindo				
20	tequila colada				
21	tequila sunrise				
22	tropical				
23	vampiro				
24	viva maria				
25	zombie				
26		sangrita clásica			
27		sangrita verde			
28		sangrita "chapala"			
29			michelada		
30			666		
31			submarino		
32				menjule	
33					torito de coco
34					torito de guayaba
35					torito de mango
					ponche

## Azúcar, Café y Bebidas

## Ciudad de México

Del 13 al 17 de Enero del 2003

Los precios que se presentan en este sitio fueron recopilados en el periodo señalado y la disponibilidad de productos a ese precio puede haber variado a la fecha.

Artículo	Mínimo		Máximo	
	Tienda		Tienda	
Agua Sin Gas, Bonafont, Botella 1.5 Lt.	CENTRALES DE ABASTO	5.49	SUMESA	7.60
Agua Sin Gas, Bonafont, Env. 3.785 Lt.	CARREFOUR	10.41	OXXO	15.60
Agua Sin Gas, Electropura, Botella 1.5 Lt.	UNAM	4.75	MERCADOS PUBLICOS	6.00
Agua Sin Gas, Evian, Botella 1.5 Lt.	AUCHAN	15.30	GIGANTE	17.85
Agua Sin Gas, Santa María, Botella 1.5 Lt.	CENTRALES DE ABASTO	5.02	OXXO	8.10
Agua Sin Gas, Santa María, Env. 3.78 Lt.	ISSSTE	11.95	OXXO	16.50
Azucar, 1 Kg. Estandar Morena	TIANGUIS	5.75	MERCADOS PUBLICOS	5.88
Azucar, 1 Kg. Refinada	AURRERA BODEGA	16.50	AURRERA BODEGA	16.50
Azucar, Bolsa Plastico 2 Kg. Estandar Morena	UNAM	12.90	SUMESA	15.95
Azucar, Bolsa Plastico 2 Kg. Refinada	CHEDRAUI	14.90	SUMESA	17.20
Cafe Soluble, Internacional Selecto, Fco. 200 Grs.	AURRERA BODEGA	21.85	SUMESA	29.10
Cafe Soluble, Internacional Selecto, Frasco 200 Grs. Descafeinado	WAL-MART	29.66	SUMESA	35.30
Cafe Soluble, Internacional, Fco. 200 Grs.	AURRERA BODEGA	20.38	SUMESA	25.45
Cafe Soluble, Kasinka, Fco. 200 Grs. Soluble Descafeinado	COMERCIAL MEXICANA	28.70	CARREFOUR	34.25
Cafe Soluble, Legal, Fco. 200 Grs. Roja	CHEDRAUI	21.97	SUMESA	29.50
Cafe Soluble, Legal, Fco. 200 Grs. Verde	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	28.70	SUMESA	34.89
Cafe Soluble, Marca Institucional, Fco. 200 Grs. Mezclado C/azucar	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	22.63	MEGA COMERCIAL MEXICANA	24.40
Cafe Soluble, Nescafe Clasico, Fco. 100 Grs.	INSS	18.52	AUCHAN	22.90
Cafe Soluble, Nescafe Clasico, Fco. 200 Grs.	CHEDRAUI	31.47	MERCADOS PUBLICOS	34.44
Cafe Soluble, Nescafe Clasico, Fco. 50 Grs.	CENTRALES DE ABASTO	11.31	MERCADOS PUBLICOS	12.00
Cafe Soluble, Nescafe Decaf, Fco. 100 Grs. Descafeinado	CARREFOUR	21.93	CENTRALES DE ABASTO	22.18
Cafe Soluble, Nescafe Decaf, Fco. 200 Grs. Descafeinado	CHEDRAUI	32.20	MERCADOS PUBLICOS	40.00

Cafe Soluble, Nescafe Dolca, Fco. 100 Grs.	CHEDRAUI	15.35	MERCADOS PUBLICOS	18.00
Cafe Soluble, Nescafe Dolca, Fco. 200 Grs.	CHEDRAUI	26.15	MERCADOS PUBLICOS	32.00
Cafe Tostado y Molido, Internacional, Bolsa 500 Grs.	SUPER G	30.20	CARREFOUR	41.20
Cafe Tostado y Molido, Kasinka, Bolsa 500 Grs. Descafeinado	GIGANTE BODEGA	30.40	SUPER G	33.70
Cafe Tostado y Molido, Legal Mezclado, Bolsa 200 Grs.	AURRERA BODEGA	9.69	SUMESA	12.20
Cafe Tostado y Molido, Legal Mezclado, Bolsa 400 Grs.	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	18.59	SUMESA	24.30
Cafe Tostado y Molido, Legal Mezclado, Sobre 35 Gr.	CENTRALES DE ABASTO	2.23	TIANGUIS	2.50
Cafe Tostado y Molido, Marino, Bolsa 500 Grs. Roja	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	30.00	GIGANTE	36.35
Cafe Tostado y Molido, Mexicano Original, Bolsa 500 Grs. Cafe	COMERCIAL MEXICANA	23.75	SUMESA	38.80
Cafe Tostado y Molido, Mexicano, Bolsa 500 Grs. Verde Descafeinado	WAL-MART	26.72	SUMESA	41.20
Cerveza, Bohemia, C/6 Botellas 325 Ml.	AUCHAN	35.20	SUMESA	39.82
Cerveza, Corona Extra, C/6 Botellas 325 Ml.	CHEDRAUI	24.60	CARREFOUR	28.50
Cerveza, Coronita Extra, C/6 Botellas 190 Ml.	AUCHAN	17.20	SUPER G	20.50
Cerveza, Dos Equis Lager, C/6 Botellas 325 Ml.	AUCHAN	24.40	CHEDRAUI	27.50
Cerveza, Dos Equis Lager, C/6 Latas 340 Ml.	AUCHAN	41.90	SUPER 7	49.50
Cerveza, Modelo Especial, C/6 Latas 340 Ml.	AUCHAN	41.40	SUMESA	47.67
Cerveza, Negra Modelo, C/6 Botellas 325 Ml.	AUCHAN	37.40	SUMESA	40.08
Cerveza, Sol, C/6 Botellas 325 Ml.	AUCHAN	24.40	CHEDRAUI	27.80
Cerveza, Tecate, C/6 Latas 340 Ml.	CHEDRAUI	36.00	SUPER 7	51.00
Cerveza, Victoria, C/6 Botellas 325 Ml.	AUCHAN	25.50	SUPER G	31.60
Jugo de Fruta, del Valle, Caja 1.1 Lt. Manzana/naranja/piña/uva	AURRERA BODEGA	10.04	SUPER PRECIO	11.20
Jugo de Fruta, Florida 7, Caja 1 Lt. Manzana/naranja/piña/uva	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	9.62	AUCHAN	10.60
Jugo de Fruta, Jumex, Caja 1 Lt. Manzana/naranja/piña/uva	AURRERA BODEGA	10.94	SUPER G	12.40
Miel de Abeja, Carlota, Fco. 500 Grs.	ISSSTE	21.95	SUMESA	33.95
Miel de Abeja, Vita Real, Botella 430 Grs.	AURRERA BODEGA	23.69	SUMESA	27.15
Piloncillo, 1 Kg.	CENTRALES DE ABASTO	6.69	MERCADOS PUBLICOS	7.15
Piloncillo, Catarinos, Paq. 1500 Kgs.	WAL-MART	13.80	SUMESA	18.00

Piloncillo, San Lazaro, Bolsa 1 Kg.	SUPERAMA	8.96	SUMESA	10.65
Polvo P/preparar Bebidas, Buendia, Sobre 35 Grs.	COMERCIAL MEXICANA	2.80	MEGA COMERCIAL MEXICANA	3.20
Polvo P/preparar Bebidas, Clight, Sobre 11 Grs.	ISSS	3.04	TIANGUIS	4.00
Polvo P/preparar Bebidas, Fresquilbon, Sobre 35 Grs.	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	2.24	SUPER G	3.30
Polvo P/preparar Bebidas, Frisco, Sobre 25 Grs.	ISSSTE	2.60	MERCADOS PUBLICOS	3.21
Polvo P/preparar Bebidas, Tang Hecho con Pulpa de Frutas, Sobre 35 Grs.	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	2.90	SUMESA	3.90
Refresco, Coca Cola, Botella 1.0 Lt. No Retornable	ISSSTE	7.19	CHEBRAUI	8.00
Refresco, Coca Cola, Botella 2 Lt. No Retornable	OXXO	13.00	CENTRALES DE ABASTO	14.00
Refresco, Coca Cola, Lata 355 MI.	UNAM	4.20	SUPER 7	5.00
Refresco, Pepsi Cola, Botella 1.0 Lt. No Retornable	LIJAM	6.25	SUPER 7	8.00
Refresco, Pepsi Cola, Botella 1.5 Lts. No Retornable	GIGANTE BODEGA	7.40	ISSSTE	10.45
Refresco, Pepsi Cola, Botella 2 Lt. No Retornable	UNAM	9.95	SUPER 7	14.00
Refresco, Pepsi Cola, Lata 355 MI.	CHEBRAUI	3.80	SUPER 7	5.00

 atrás

[Inicio](#) / [¿Qué es y qué hace PROFECO?](#) / [Marco Jurídico](#) / [Programas de PROFECO](#) /  
[Información para el Consumo](#) / [Servicios al Consumidor](#) / [Publicaciones y Estudios](#) /  
[Organización de Consumidores](#) / [Delegaciones](#) / [Servicios al Proveedor](#) /  
[Adquisiciones](#) / [Sitios de Interés](#)

## Otros Alimentos

**Ciudad de México**  
**Del 13 al 17 de Enero del 2003**

Los precios que se presentan en este sitio fueron recopilados en el periodo señalado y la disponibilidad de productos a ese precio puede haber variado a la fecha.

Artículo	Mínimo		Máximo	
	Tienda	Precio	Tienda	Precio
Ajonjolí, 1 Kg.	CENTRALES DE ABASTO	17.20	TIANGUIS	27.00
Ajonjolí, San Lazaro, Sobre 100 Grs.	WAL-MART	4.30	MEGA COMERCIAL MEXICANA	4.73
Ajonjolí, Verde Valle, Sobre 85 Grs.	WAL-MART	3.35	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	3.90
Cajeta, Coronado, Frasco 640 Grs. de Leche	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICICO (TC)	28.40	CARREFOUR	44.00
Canela, 1 Kg. Entera/en Trozo/en Rama	CENTRALES DE ABASTO	96.72	TIANGUIS	120.00
Canela, Catarinos, Bolsa 50 Grs. Entera	ISSSTE	9.96	SUMESA	12.00
Canela, la Merced, Bolsa 100 Grs. en Trozo	AURRERA BODEGA	14.65	SUPERAMA	17.89
Canela, Verde Valle, Bolsa 50 Grs. 5 Ceros	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	10.25	AUCHAN	13.80
Chocolate en Polvo, Choco Choco, Bolsa 400 Grs.	IMSS	8.13	AUCHAN	9.90
Chocolate en Polvo, Choco Milk, Bolsa 400 Grs.	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	15.18	SUMESA	21.50
Chocolate en Polvo, Choco Milk, Lata 400 Grs.	IMSS	18.76	SUPER G	22.10
Chocolate en Polvo, Marca Institucional, Bolsa 400 Grs.	SUMESA	9.50	AURRERA BODEGA	9.95
Chocolate en Polvo, Morelia, Bolsa 400 Grs.	AUCHAN	7.88	SUMESA	11.50
Chocolate en Polvo, Nesquik, Bolsa 400 Grs.	AUCHAN	14.05	SUMESA	19.40
Chocolate en Polvo, Nesquik, Lata 450 Grs.	SUPER PRECIO	15.91	SUMESA	21.53
Chocolate en Polvo, Quik, Lata 400 Grs.	CENTRALES DE ABASTO	16.90	CARREFOUR	18.23
Chocolate en Tablillas, Abuelita, Paq. 540 Grs. 6 Tablillas de 90 Grs.	ISSSTE	19.15	SUPER 7	29.00
Chocolate en Tablillas, Ybarra, Paq. 360 Grs. 6 Tablillas de 60 Grs.	IMSS	13.23	GIGANTE	18.25
Clavo, 1 Kg. Entero	MERCADOS PUBLICOS	100.00	CENTRALES DE ABASTO	112.50
Clavo, Catarinos, Sobre 40 Grs. Entero	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	9.10	SUMESA	12.10
Concentrado de Pollo, 1 Kg. Caldo	CENTRALES DE ABASTO	14.80	CENTRALES DE ABASTO	14.80

y que hace

CO

Jurídico

mas de

CO

nación para el

me

I.V.

s de calidad

tamiento

ial de las

as

rico, comer

gias

icas

al

ldor

s quién en

cios

s quién en

o de dinero

los al

midor

aciones y

os

ización de

midores

aciones

los al

edor

siones

de interés

Concentrado de Pollo, Es, Paq. 500 Grs. Caldo	MERCADOS PUBLICOS	12.00	SUPER G	16.00
Concentrado de Pollo, Knorr Suiza, Fco. 225 Grs. Caldo	IMSS	15.06	SUMESA	20.59
Concentrado de Pollo, Knorr Suiza, Fco. 450 Grs. Caldo	CHEDRAUI	25.95	UNAM	40.15
Concentrado de Pollo, Knorr Suiza, Paq. 800 Grs Caldo	AUCHAN	29.50	UNAM	42.00
Concentrado de Pollo, Solo, Paq. 500 Grs. Consome	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	12.20	SUMESA	15.90
Flan, D Gari, Bolsa 140 Grs.	ISSSTE	2.60	SUPER G	3.95
Flan, Jell-o, Caja 84 Grs. C/50 Grs. Caramelo	ISSSTE	4.00	AUCHAN	5.90
Flan, Jell-o, Caja 84 Grs. S/caramelo	AURRERA BODEGA	3.99	AURRERA BODEGA	3.99
Flan, Pronto, Caja 120 Grs. S/caramelo	ISSSTE	4.20	SUMESA	6.01
Flan, Pronto, Caja 172 Grs. C/caramelo	ISSSTE	4.40	SUMESA	6.85
Gelatina en Polvo, D Gari, Bolsa 170 Grs.	ISSSTE	4.39	SUPER G	5.70
Gelatina en Polvo, D Gari, Bolsa 200 Grs.	CENTRALES DE ABASTO	4.40	TIANGUIS	5.00
Gelatina en Polvo, Jell-o, Caja 130 Grs. Agua	GIGANTE	4.04	SUMESA	6.20
Gelatina en Polvo, Marca Institucional, Bolsa 170 Grs. Agua	CHEDRAUI	3.80	GIGANTE BODEGA	4.45
Gelatina en Polvo, Pronto, Caja 130 Grs. Agua	ISSSTE	4.22	UNAM	5.65
Gelatina en Polvo, Royal, Caja 170 Grs. Agua	AURRERA BODEGA	4.15	GIGANTE BODEGA	6.10
Mayonesa, Hellmann S, Fco. 215 Grs. C/limon	MEGA COMERCIAL MEXICANA	6.89	MEGA COMERCIAL MEXICANA	6.89
Mayonesa, Hellmann S, Fco. 425 Grs. C/limon	MEGA COMERCIAL MEXICANA	13.25	MEGA COMERCIAL MEXICANA	13.25
Mayonesa, Kraft Tipo Casero, Fco. 195 Grs.	ISSSTE	4.84	GIGANTE	7.17
Mayonesa, Kraft Tipo Casero, Fco. 350 Grs.	ISSSTE	9.64	SUMESA	15.60
Mayonesa, Mc Cormick C/limon, Fco. 105 Grs.	CENTRALES DE ABASTO	4.71	TIANGUIS	6.00
Mayonesa, Mc Cormick C/limon, Fco. 190 Grs.	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	6.60	SUMESA	9.05
Mayonesa, Mc Cormick C/limon, Fco. 390 Grs.	CHEDRAUI	13.00	SUMESA	17.71
Mole Rojo en Pasta, 1 Kg.	AURRERA BODEGA	26.27	SUMESA	40.17
Mole Rojo en Pasta, Doña Maria, Vaso 235 Grs.	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	11.30	OXXO	17.80
Mole Rojo en Pasta, Doña Maria, Vaso 375 Grs.	ISSSTE	18.54	GIGANTE	20.79
Mole Rojo en Pasta, la Costeña, Vaso 235 Grs.	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	12.95	SUMESA	17.66

Mostaza, Kraft C/especias, Fco. 225 Grs.	GIGANTE BODEGA	4.60	SUMESA	5.60
Mostaza, Kraft C/especias, Fco. 395 Grs.	GIGANTE BODEGA	6.90	SUPERAMA	8.90
Mostaza, Mc Cormick, Fco. 210 Grs.	COMERCIAL MEXICANA	4.70	SUPER G	5.80
Mostaza, Mc Cormick, Fco. 430 Grs.	AURRERA BODEGA	7.60	SUPER G	9.40
Pimienta, 1 Kg. Negra Entera	CENTRALES DE ABASTO	47.56	MERCADOS PUBLICOS	77.50
Pimienta, Catarinos, Sobre 70 Grs. Negra Entera	CHEDRAUI	13.75	WAL-MART	15.65
Pimienta, Escosa, Fco. 78 Grs. Negra Entera Esp.	UNAM	14.90	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	22.60
Polvo P/hornear, Royal, Bote 220 Grs.	AURRERA BODEGA	5.95	SUMESA	7.50
Polvo P/hornear, Royal, Bote 454 Grs.	UNAM	11.20	SUMESA	13.40
Sal Molida de Mesa, Elefante, Bolsa 1 Kg.	AURRERA BODEGA	2.70	SUMESA	3.50
Sal Molida de Mesa, Elefante, Bote 1000 Grs.	AUCHAN	4.85	GIGANTE	5.55
Sal Molida de Mesa, Klara, Bolsa 1000 Grs.	AUCHAN	3.00	GIGANTE	3.70
Sal Molida de Mesa, Klara, Bote 1 Kg.	AURRERA BODEGA	5.00	GIGANTE	6.10
Sal Molida de Mesa, la Fina, Bolsa 1 Kg.	CHEDRAUI	2.66	GIGANTE	3.55
Sal Molida de Mesa, la Fina, Bote 1 Kg.	CHEDRAUI	4.80	MERCADOS PUBLICOS	6.25
Salsa Catsup, Clemente Jacques, Botella 350 Grs.	CHEDRAUI	5.90	SUMESA	9.30
Salsa Catsup, Clemente Jacques, Botella 390 Grs. Vidrio	ISSSTE	5.83	SUMESA	9.10
Salsa Catsup, del Monte, Botella 397 Grs. Vidrio	CHEDRAUI	6.80	CARREFOUR	8.70
Salsa Catsup, la Costeña, Botella 395 Grs. Vidrio	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	6.55	OXXO	11.20
Salsa de Soya, Doncella China, Botella 170 MI.	GIGANTE	9.20	SUMESA	10.40
Salsa de Soya, Maggi, Botella 100 MI.	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	7.30	SUMESA	9.60
Salsa de Soya, Maggi, Botella 200 MI.	AURRERA BODEGA	10.80	SUMESA	14.60
Salsa de Soya, Pasa, Botella 175 MI. Etiq. Roja	ISSSTE	8.95	GIGANTE BODEGA	11.00
Salsa Inglesa, Maggi, Botella 100 MI.	CHEDRAUI	8.70	OXXO	10.00
Salsa Inglesa, Maggi, Botella 200 MI.	UNAM	12.85	SUMESA	15.30
Salsa Inglesa, Worcestershire Crosse & Blackwel, Botella 145 MI.	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	9.55	SUMESA	12.60

Salsa Picante, Bufalo Clasica, Botella 150 Grs.	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	3.80	SUPER G	5.65
Salsa Picante, Bufalo, Botella 360 Grs. Botanas	ISSSTE	4.46	SUPER G	5.40
Salsa Picante, la Costeña, Botella 370 Ml.	ISSSTE	3.85	UNAM	5.25
Salsa Picante, Tabasco, Botella 60 Ml.	CENTRALES DE ABASTO	18.32	COXO	28.00
Salsa Picante, Valentina, Botella 370 Ml. Etiqueta Amarilla	CENTRALES DE ABASTO	3.74	SUMESA	5.10
Vinagre, Barrilito, Botella 750 Ml. Blanco Alcohol Caña	ISSSTE	4.70	MERCADOS PUBLICOS	6.00
Vinagre, Barrilito, Botella 750 Ml. de Manzana	COMERCIAL MEXICANA BODEGA	8.21	SUMESA	9.30
Vinagre, Clemente Jacques, Botella 1 Lt. Blanco Alcohol Caña	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	6.90	SUMESA	9.20
Vinagre, Clemente Jacques, Botella 500 Ml. de Manzana	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	5.60	COMERCIAL MEXICANA	7.50
Vinagre, la Costeña, Botella 1000 Ml. Blanco Alcohol Caña	TIENDA TRABAJADORES SECTOR ELECTRICO (TC)	4.20	SUMESA	6.30

 atrás

[Inicio](#) / [¿Qué es y qué hace PROFECO?](#) / [Marco Jurídico](#) / [Programas de PROFECO](#) / [Información para el Consumo](#) / [Servicios al Consumidor](#) / [Publicaciones y Estudios](#) / [Organización de Consumidores](#) / [Delegaciones](#) / [Servicios al Proveedor](#) / [Adquisiciones](#) / [Sitios de Interés](#)

Colección  
Los Tequilas de  
**Don Rafael**

## Canciones



Tequilas Don Rafael les invita a conocer y escuchar las diferentes grandes canciones mexicanas que hablan del Tequila o una ocasión que sugiere brindar por algún acontecimiento:

TITULO	COMPOSITOR	INTERPRETE	
Acá Entre Nos	Martín Urieta	Vicente Fernández	◀
Ay, Jalisco no te Rajes	Manuel Esperón y Ernesto Cortázar	Jorge Negrete	◀
Botellita de Tequila	Joan Sebastián	Pepe Aguilar	◀
Chulas Fronteras	Eulalio González "Piporro"	Los Sultanes del Norte	◀
Cocula	Manuel Esperón y Ernesto Cortázar	Mariachi Oro y Plata	◀
Dormí Vestido	Miguel Ibarra	Ramón Ayala y sus Bravos del Norte	◀
El Charro Mexicano	Manuel Esperón y Ernesto Cortázar	Jorge Negrete	◀
El Jalisciense	Daniel Calderón Silva	Vicente Fernández	◀



cole  
ma  
Los A  
Mexica



not  
Ci  
Ni  
Pr  
V

El Mariachi	Pepe Guízar	Mariachi de Pepe Villa	▶▶
El Querrenque	Pedro Rosa	Antonio Maciel	▶▶
El Tapatío	Brígido Ramírez	Vicente Fernandez	▶▶
Ella	José Alfredo Jiménez	Pedro Infante	▶▶
Juan Tequila	Piero y José	Piero	▶▶
La Tequilera	Alfredo D'Orsay	Lucha Reyes	▶▶
La Tertulia	Chava Flores	Trío Los Mexicanos	▶▶
La Valentina	José de Jesús Martínez	Jorge Negrete	▶▶
Llegó Borracho el Borracho	José Alfredo Jiménez	José Alfredo Jiménez	▶▶
México en la Piel	José Manuel Fernández	Ma. de Lourdes	▶▶
México Tierra Querida	Cuates Castilla	Ma. de Lourdes	▶▶
México, México	Cirilo Montoya Robles	Ma. de Lourdes	▶▶
Mi Ciudad	Guadalupe Trigo	Fernando Allende	▶▶
Pa'qué me Sirve la Vida	Chucho Monge	Cuco Sánchez	▶▶
Pelea de Gallos	Juan S. Garrido	Ma. de Lourdes	▶▶
Que lindo es Jalisco	D. P.	Ma. de Lourdes	▶▶
Se me Cayeron las Alas	B. Sánchez Mota	Paco Michel	▶▶
Tequila	Pepe Guízar	Ma. de Lourdes	▶▶



[Yahoo!](#) - [Mi Yahoo!](#) - [Ayuda](#)

[Correo](#) [Contactos](#) [Agenda](#) [Bloc de notas](#)

videomusica2003@yahoo.com.mx [[Salir](#)]

[Revisar correo](#) [Escribir mensaje](#)

[Buscar correo](#) - [Opciones de correo-e](#)

- Carpetas** [\[Añadir\]](#)
- [Bandeja de entrada](#)
- [Borrador](#)
- [Enviados](#)
- [Lotes de correo \[Vacío\]](#)
- [Papelera \[Vacío\]](#)
- Mis carpetas** [\[Ocultar\]](#)
- [articulos](#)
- [bar coma punto com](#)
- [direcciones](#)
- [dirección mal](#)
- [escucha](#)
- [juan](#)
- [tequila gang](#)
- [vale](#)

[Anterior](#) | [Siguiente](#) | [Ir al Buzón](#)

[Presentación imprimible](#) - [En](#)

<a href="#">Eliminar</a>	<a href="#">Responder</a>	<a href="#">Responder a todos</a>	<a href="#">Reenviar</a>	<a href="#">como archivo</a>	<a href="#">Mover a</a>
--------------------------	---------------------------	-----------------------------------	--------------------------	------------------------------	-------------------------

Este mensaje no está resaltado. [[Resaltar mensaje](#) - [Marcar como no leído](#)]

From balbicon@uninet.com.br Wed Nov 5 12:23:51 2003

X-Apparently-To: videomusica2003@yahoo.com.mx via 216.138.224.85; Wed, 05 Nov 2003 06:24:02 -0800

Return-Path:

Received: from 200.220.64.7 (EHLO puma.unisys.com.br) (200.220.64.7) by mta233.mail.scd.yahoo.com with SMTP; Wed, 05 Nov 2003 06:24:02 -0800

Received: from uninet.com.br (garfield.unisys.com.br [200.220.64.19]) by puma.unisys.com.br (8.12.10/8.12.3) with SMTP id h45ENosg022488; 12:23:50 -0200 (EDT)

X-Spam-Filter: check\_local@puma.unisys.com.br by digitalanswers.org

De: balbicon@uninet.com.br | [El mensaje es un envío masivo](#) | [Añadir a la Libreta de contactos](#)

Sender: balbicon@uninet.com.br

Responder-a: balbicon@uninet.com.br

A: "paul leduc"

CC: jfgbalbi@balbieassociados.com.br

Fecha: Wed, 5 Nov 2003 12:23:51 brst

Asunto: Re: Fwd: Balbi

Message-Id: <3fa90777.6c49.0@uninet.com.br>

X-User-Info: 200.220.16.45

MIME-Version: 1.0

Content-Type: multipart/mixed; boundary="=\_garfield.unisys.com.br3fa90777"

Content-Length: 9678

Leduc,

A risa es tambiem de zelos. Vamos em frente.

A economia aqui vai mal. As pessoas não tem dinheiro de forma que (teremos) que ter reservas para esperar passar essa crise. Também esse é o momento das iniciativas e oportunidades.

Estou respondendo pronto somente para confirmar meu interesse e entusiasmo.

Ainda ontem falei com um conhecido que tem uma loja de família da Praça General Osório, em Ipanema. É pequena mas adequada. A praça é das mais tradicionais da Cidade, onde tudo aconteceu no Rio, desde o "Pasquin", Jaguar, Leila Diniz, etc. Já teve os mais importantes bares da cidade e está semi triste a espera do Metro para reviver. Essa loja está a mais de 3

anos fechada e só agora conseguiram que os outros proprietários do edifício

autorizassem bar ou restaurante no térreo. Também podemos pensar em outros

lugares e oportunidades como o que descrevo no sonho anexado.

Bem, já comecei, mas me dê mais detalhes para preparar sua vinda ao Rio.

Abraços,

Fernando Balbi

> --- Jorge Sanchez <[jsanchezsosa@yahoo.com.br](mailto:jsanchezsosa@yahoo.com.br)>  
>escribió: > From Jorge Sanchez Tue Nov 4 12:10:54  
>2003  
>> X-Apparently-To: [videomusica2003@yahoo.com.mx](mailto:videomusica2003@yahoo.com.mx) via  
>> 216.136.224.84; Tue, 04 Nov 2003 12:10:55 -0800  
>> Return-Path: <[jsanchezsosa@yahoo.com.br](mailto:jsanchezsosa@yahoo.com.br)>  
>> Received: from 216.136.173.156 (HELO  
>> web14308.mail.yahoo.com) (216.136.173.156)  
>> by mta145.mail.sc5.yahoo.com with SMTP; Tue, 04

## Um Sonho Político

Fernando Balbi

Depois de mais de uma década de pesadelos políticos e sociais, de desesperanças e medos, nesse último fim de semana de 26 de janeiro de 2003, influenciado provavelmente pela possibilidade de uma ida a Porto Alegre para o Fórum Mundial, tive um sonho político.

No Rio de Janeiro, região da cinelândia com o ambiente dos prédios do teatro municipal, biblioteca nacional, museu de belas artes, e outros com bares e cafés menos sofisticados como o amarelinho, o cenário era como de um grande salão de uma grande estação de trens ou mesmo o do lobby do teatro municipal se ali existisse um grande café, com balcões com mesas em vários níveis sob um mesmo teto.

Estávamos eu e um amigo, filho ou amigo, desses que de tempos em tempos convocamos ou somos convocados para uma conversa que sempre acreditamos será definitiva, decisiva, e que solucionará todos os problemas de ordem pessoal, principalmente quando abstratos. Quase sempre complica mais, mas provoca, ou problemas maiores ou sonhos irrealizáveis que apagam ou corrompem totalmente a importância ou memória da importante razão do encontro de fundo intelectual e razões pessoais.

Nossa mesa de café, junto à poltrona da parede permitindo intimidade e confidencialidade, ficava abaixo de um balcão com piano de calda. Estupefatos, começamos a ouvir, por baixo dos panos que cobria o piano, uma música que me chamou atenção quando vi um pianista excêntrico nas roupas e cabelos encaracolados tocando para a alegria da cafeteria. Era Gilberto Gil provocando um anônimo e especial silêncio respeitoso. O pianista logo a seguir saiu como sairia um mordomo, sério e objetivo, tudo sem que qualquer das pessoas se levantasse ou se manifestasse. Era um pianista desses normais do tipo como imagino os antigos pianistas da Colombo.

Aparece em seguida, sem nenhuma razão, outro músico, caminhando, também objetivamente sem que se soubesse pra onde se dirigia. Chico Buarque vestia um gordo manteaux de peles, estava descalço e pelo que se podia ver, sem camisa.

O movimento no café ou restaurante era sóbrio e elegante como são nos hotéis de época. Falavam baixo e éramos todos inexpressivos.

Ao sairmos deparei-me com um silencioso e enorme grupo de pessoas que se concentravam na platibanda superior das amplas escadarias. Agora penso ser uma espécie de vigília cívica, silenciosa e sóbria com pessoas como que se preparando para uma fotografia muda de lambe-lambe. Acho que vi Alano de Freitas, Oscar Niemeyer, Antonio Torres, talvez Brizola, Galeano, Antonio Pedro, Eduardo Costa, Tonico Pereira, o Luis Roberto Oliveira, João Bosco, Geraldo Carneiro, Wagner Tiso, Ubaldo, Francis, Jorge Sanchez, Miguel Kosma, Antonio Dias, Cabral, Carvana, Cretton, Godofredo, todos de paletó e muitos outros, talvez mais de 50.

Acordei contente e morrendo de medo de esquecer essa história no meio de tantos pesadelos. O roteirista não era o mesmo de sempre.

Content-Length: 1740

Vamos em frente:

O espaço da general Osório é do lado oposto ao do aipim. Junto ao Gibo e vizinho de onde existiu o famoso restaurante e Bar The Fox. . Tem cerca de 180 m2 em 3 pisos sendo que no térreo tem cerca de 70 m2.

O aluguel é de 6/7000 Reais por mês, sem luvas ( que é um adiantamento de alugueis de mais ou menos 30% de todo o contrato= R\$ 100.000,00 ( para contrato de 5 anos). Além disso não tem custos de condomínio e os impostos devem ser de cerca de R\$2000,00 por ano. Portanto o espaço e o local custariam entre R\$ 6.000,00 e R\$7.000,00 por mês. O lugar estava quase alugado para uma pizzaria que preferiu se instalar na Rua Paul Redfern, também Ipanema.

Também pensei em uma loja que existe na Rua Maria Angélica, em Ipanema, onde funcionava um restaurante a quilo muito famoso, que, por sinal, tinha uma outra loja na General Osório vizinho ao primeiro que falei ( FAZENDOLA). Estou tentando saber tamanho e preço.

Já que somos assim, meio malucos, pensei na Irene nos ceder ou alugar um espaço no Térreo da Escola de Cinema, é bom. Pode ser diferente e o movimento do CCBB e outros poderia justificar. Ai penso que saímos do tema mexicano e entramos no tema LEDUC/cinema).

Creio que para a lapa é necessário espaço muito grande porque como o movimento é em horas concentradas não poderemos ficar chorando pelas cervejas que não vendemos por falta de lugar. Seu colega Rui Solbert está montando a mais de um ano uma grande casa na lapa que deverá estar

inaugurada até o final do ano.

Não sei se você pensa em um "point" que mais me agrada ou um comercio que é o que se faz atualmente e agüenta melhor as crises.

O Botequim "JOBI", no Leblon vive cheio, fica aberto até as 7 da manha nos finais de semana, nos sábados e domingos de dia as mesas são renovadas várias vezes e os preços são calculados quase que com base nos restaurantes fechados e sofisticados como Florentino e quase Antiquarius para cada prato ou bebida. é Point. Está fechado para reforma total a mais de um mês para melhorar o atendimento.

Continuamos mais organizados depois. Vamos afinando e eu entendendo melhor o projeto. Eu abro as frentes possíveis e você seleciona as alternativas, depois, com informações mais efetivas planejamos as soluções. O Jorge voltando provoque ele sobre o assunto de restaurateur < Não sei como é Barteur > mexicano no Brasil.

Abraços  
Fernando Balbi

BALBI & Associados - Consultoria Patrimonial  
Avaliações Planejamento Desenvolvimento Projetos  
Rua São José 20, 5º andar - Rio de Janeiro - RJ.  
Tels. 55 21 2533 9658. Fax 55 21 2517 0084  
[balbi@balbieassociados.com.br](mailto:balbi@balbieassociados.com.br)

----- Original Message -----

From: "paul leduc" <[videomusica2003@yahoo.com.mx](mailto:videomusica2003@yahoo.com.mx)>  
To: "fernando balbi" <[balbicon@uninet.com.br](mailto:balbicon@uninet.com.br)>

Sent: Wednesday, November 05, 2003 5:32 PM

>  
> estimado fernando.  
> te mando una primera "tanda" de comentarios...  
>  
> y seguimos en contacto...  
>  
> -----  
> paul leduc  
>  
>  
> \_\_\_\_\_  
> Do You Yahoo!?  
> La mejor conexión a internet y 25MB extra a tu correo por \$100 al  
> mes.  
> <http://net.yahoo.com.mx>

Eliminar   Responder   Responder a todos   Reenviar   como archivo   Mover a

[Anterior](#) | [Siguiete](#) | [Ir al Buzón](#) [Guardar m](#)

[Revisar correo](#)   [Escribir mensaje](#) [Buscar correo](#) - [Opciones de correo-e](#)

[Correo](#) - [Libreta de contactos](#) - [Agenda](#) - [Bloc de notas](#)

Copyright © 1994-2003 Yahoo! de México S.A. de C.V. Todos los derechos reservados. [Condiciones del servicio](#) AVISO: En este sitio web reunimos datos personales. Para más información sobre el uso que hacemos de tus datos, consulta nuestra [Política de privacidad](#)



[Clique aqui ou no botão de impressão do seu navegador](#)

---

## **Bairro: Lapa**

**Registros encontrados:23**

### **Adega Flor de Coimbra**

**ENDERECO:**

Rua teotônio Begadas 34 - Lapa - Telefone:2224-4582

A Adega tem um ambiente descontraído, freqüentado por músicos e gente jovem. No cardápio, o sucesso vem com a tradição dos famosos bolinhos de bacalhau, que vêm em forma de charuto. Para acompanhar o bom e velho chopp gelado, da Antártica.

### **Armazém 161**

**ENDERECO:**

Rua do Lavradio, 161 - Lapa - Telefone:2509-6879

### **Bar Boa Amizade**

**ENDERECO:**

Travessa da Mosqueira 25 - Lapa - Telefone:

As mesinhas espalhadas na calçada reúnem um público bem eclético.

### **Bar Brasil**

**ENDERECO:**

Av. Mem de Sá, 90 - Lapa - Telefone:2509-5943

### **Bar do Arnaudo**

**ENDERECO:**

Rua Almirante Alexandrino, 316 - Loja B - Lapa - Telefone:2252-7246

O Bar, que aos poucos foi ganhando a vizinhança, é um ponto de encontro do bairro.

### **Bar do Ernesto**

**ENDERECO:**

Largo da Lapa, 41 - Lapa - Telefone:2509-6455

Com dois andares e mezanino com vista para a Lapa, a casa abriga choro, jazz ou samba de segunda à quinta. Os fãs dos bares tradicionais da Lapa sentem-se em casa no Ernesto. Os petiscos são clássicos da cozinha alemã, e para quem bebe, a cerveja gelada é a opção.

### **Bar do Seu Claudio**

**ENDERECO:**

Rua Joaquim Silva 90 - Lapa - Telefone:

O botequim que se tornou famoso como reduto do samba, hoje está tomado pelo blues-rock. A banda The Porris apresenta na calçada do bar aos sábados, com repertório que mistura Beatles, Led Zeppelin, Rolling Stones...

### **Bar Rio Scenarium**

**ENDERECO:**

Rua do Lavradio 20 - Lapa - Telefone:3852-5516

Com jeito de antiquário, a casa à noite vira bar com shows de música ao vivo. Além da boa música, o ótimo preço se torna o

maior atrativo da casa: os petisco tradicionais e fartos são acompanhados da boa e velha calpirinha.

### **Boêmio da Lapa**

**ENDERECO:**

Praca Cardeal Câmara 132 - Lapa - Telefone:2232-3910

Roda de samba no andar de baixo e discoteca no andar de cima.

### **Carioca da Gema**

**ENDERECO:**

Av. Mem de Sá, 79 - Lapa - Telefone:2221-0043

Quarta, Sextas e Sábados são os dias mais procurados, quando a galera cai no samba. Mas também tem forró, chorinho e MPB.

### **Chopp da Lapa**

**ENDERECO:**

Avenida Mem de Sá, 17 - Lapa - Telefone:2224-9258

### **Chorando no Rio**

**ENDERECO:**

Rua Visconde de Maranguape, 15 - 2º andar - Lapa - Telefone:2224-9181

### **Coisa da Antiga**

**ENDERECO:**

Rua do Lavradio, 100 - Lapa - Telefone:2252-9691

O Bar, que funciona de dia como loja de móveis antigos e a noite se rende a música popular carioca, é conhecido também como Bar do Antiquário.

### **Cosmopolita**

**ENDERECO:**

Travessa do Mosqueira, 4 - Lapa - Telefone:2224-7820

### **Dama da Noite**

**ENDERECO:**

Avenida Gomes Freire, 773 - Lapa - Telefone:2221-2072 e 2252-9288

### **L.A.P.A.**

**ENDERECO:**

Rua do Riachuelo 73 - Lapa - Telefone:sem telefone

É um espaço cultural com bar, música, 8 mesas de sinuca, 2 fliperamas, cyber café, lojinha de cd e objetos de arte.

### **Manoel e Joaquim Lapa**

**ENDERECO:**

Praca João Pessoa, 7 - Lapa - Telefone:2232-3775

Ambiente descontraído, onde até o cardápio é recheado de piadinhas. Entre as especialidades, frango à passarálho, que na verdade é o frango à passarinho com bastante alho; sirí dando sopa (sopa de sirí) e, é claro, bolinhos de bacalhau.

### **Memo - Mercado Moderno**

**ENDERECO:**

Rua do Lavradio, 130 - Lapa - Telefone:2508-6083

**Nova Capela****ENDERECO:**

Avenida Mem de Sá, 96 - Lapa - Telefone:2252-6228 e 2508-8493

**Ponto Gê do Samba****ENDERECO:**

Rua Joaquim Silva, 130 - Lapa - Telefone:3852-9329

Como o próprio nome já diz, é o point do samba na Lapa.

**Sacrilégio****ENDERECO:**

Av. Mem de Sá, 81 - Lapa - Telefone:2222-7345 e 3970-1461

**Semente****ENDERECO:**

Rua Joaquim Silva, 138 - Lapa - Telefone:2242-5165

A especialidade de casa é o chope estupidamente gelado

**The Twenty Pounds Blues Bar****ENDERECO:**

Avenida Mem de Sá, 82 - Lapa - Telefone:2292-5709

**Moda****Se segura, malandro!**

Ela já reuniu, como diz Chico Buarque, a nata da malandragem. O tempo passou, ela foi esquecida... e agora ressuscitou, cheia de suíngue, com o melhor do espírito carioca. Com vocês, a Lapa, o bairro da moda no Rio de Janeiro

- [Lista de endereços e telefones das lojas](#) EXCLUSIVO!

Nos anos 20 e 30, a Lapa era o coração boêmio do Rio, um bairro que misturava a lendária malandragem carioca com uma concentração de artistas e músicos como Noel Rosa e o famoso Madame Satã. Na década de 60, ela havia se transformado em mera lembrança de um tempo em que os malandros não carregavam metralhadoras Uzi. Mas agora, após tanto tempo esquecida, voltou a vibrar, suas ruas balançando ao som do samba, vivas durante o dia e à noite.

A Lapa é o bairro mais na moda do Rio. O lugar certo para curtir as noites de sexta e sábado. E pensar que há uma década essa área era proibitiva até para o mais antenado carioca. As mansões coloniais e os grandes salões de baile estavam caindo aos pedaços e viciados em crack caminhavam pelos mesmos lugares em que, há tempos, o pintor Di Cavalcanti se perdia em busca de inspiração. No final dos anos 80 começaram a surgir idéias para reerguer a Lapa. "O Circo Voador, espaço cultural que ficou conhecido na época, mudou do Arpoador para cá", diz Maria Eduarda Fernandes, coordenadora de projetos sociais da Unesco. "Juntamente com membros da comunidade artística, começamos a estimular projetos culturais na Lapa." Nos anos 90, gente como Zeca Pagodinho e Jorge Ben Jor viraram freqüentadores e encorajaram o pessoal da zona sul e norte a visitar o local. "A Lapa está na rota da recuperação", continua Maria Eduarda.

Sextas e sábados são prova disso. Durante o dia, as ruas fervem com gente procurando barganhas nos inúmeros antiquários e lojas de badulaques, enquanto outros tomam cappuccino em novos bares e restaurantes. Multidões se juntam para assistir a casais dançando tango no calçamento de paralelepípedo - a Lapa tem sido a capital do tango desde a inauguração do bar Planeta Tango. Os amantes dos clássicos encontram na rua do Passeio a Escola de Música da UFRJ, a instituição brasileira mais antiga do gênero cujo prédio já abrigou a Biblioteca Nacional. À noite, a atmosfera pega fogo, com muita atividade rolando desde a avenida Mem de Sá até os famosos Arcos da Lapa, por cima dos quais passa o bondinho de Santa Teresa. Jovens jogam capoeira e rodas de samba se formam à mesa das centenas de barzinhos. Lugares como o Rio Scenarium contratam dançarinos para animar a casa. Do lado de fora, músicos, turistas, jovens e velhos se encontram em frente a fachadas históricas, de cores em tons pastel, ou na escadaria do convento, com seus azulejos com cara de Antoni Gaudí. Tudo na Lapa, tudo no bairro boêmio mais bacana do Rio de Janeiro.

Segue >

**SLIDE SHOW**

**EXCLUSIVO!**  
Clique nas imagens para ampliá-las



**MAPAS**

- [Mapa da Lapa](#)