

MichelleonBell

food & travel

RECETARIO



*Algunos de los mejores
chefs y restaurantes de la CDMX,
nos comparten sus recetas más famosas...*

www.michelleonbell.com



@michelleonbell

Cóctel



Salvaje

Cóctel Loba Salvaje

INGREDIENTES:

- 1 oz Mezcal Montelobos
- 1/2 oz jugo toronja natural
- 1/4 oz jugo limón natural
- 1/2 oz jarabe de cardamomo
- 2 oz vino espumoso rosado

PREPARACIÓN:

Combina todo menos el vino espumoso. Agitar y servir en copa coupé.
Agregar vino espumoso rosado.

Garnish: Pétalo de Rosa o flores comestibles

CORTESÍA DE:





Gin & Tonic

Gin & Tonic

Gin & Tonic

INGREDIENTES (por copa):

- 1 oz. de ginebra infusionada con ginkgo biloba y extracto de ginseng
- 1 oz. de licor de jengibre
- 2 oz de cerveza pilsner
- Pizca de polvo de cardamomo
- Agua tónica
- 12 hojas de hierbabuena
- 1 rodaja de naranja

PREPARACIÓN:

En una copa balón metemos 10 hojas de hierbabuena y las frotamos girándolas con la ayuda de unas pinzas para aromatizar la copa. Agregamos hielo hasta el tope de la copa y lo giramos para enfriarla. Escurrimos el agua condensada y si hay espacio para un hielo más sin que sobrepase el borde lo añadimos. Después vertemos 1 oz de ginebra infusionada con ginkgo biloba y ginseng y 1 oz de licor de jengibre, incorporamos los ingredientes girando con las pinzas y después añadimos 2 oz de cerveza pilsner, incorporamos de nuevo los ingredientes y llenamos a tope de agua tónica dejando 1.5 cm de espuma.

CORTESÍA DE:

**GIN
GIN**
{KITCHENBAR}

MichelleonBell

food & travel



Tostadas

das Baja

Tostadas Baja

INGREDIENTES (para 2 personas):

Tiempo de Preparación 15-25 minutos

- 400 gr filete de atún
- 6 pz tostadas horneadas
- 100 gr mayonesa La Costeña
- 20 gr chiles de árbol
- 2 gr dientes de ajo
- 1 gr poro
- 1 pz aguacate
- 1 pz limón verde
- 30 gr salsa de soya
- 5 gr jengibre
- 15 ml aceite de oliva

PREPARACIÓN:

En un bowl verter la salsa de soya, agregarle el jugo de un limón y el jengibre muy finamente picado (casi molido). Dejar marinar el atún en el bowl por 5 minutos.

Para hacer el alioli de chile de árbol, remover las venas y semillas de los chiles de árbol, freír en un sartén hasta que empiecen a dorar, remover y secar en dos servilletas de papel. En el mismo sartén dorar los dos dientes de ajo hasta que se pongan güeritos (icuidado con que no se doren porque cambia el sabor!).

Licuar junto con la mayonesa, los chiles y los ajos fritos agregando una pizca de sal, pimienta y una cucharadita de aceite de oliva hasta obtener una mezcla homogénea, esta será nuestra salsa de alioli.

Partir el poro en tiras muy delgadas. Mientras tanto, calentar dos sartenes a fuego alto; uno con aceite vegetal (tres cucharadas) para freír el poro y otro con media cucharadita de aceite de oliva para sellar el atún.

En el sartén con el aceite vegetal a fuego alto, freír las tiras de poro por un minuto o hasta que se doren, cuidando que no se tuesten por completo o tomen un tono muy oscuro. Retirar del fuego y colocar las tiritas en un plato con papel absorbente. Espolvorear una pizca de sal.

En el sartén con aceite de oliva a fuego alto sellar el atún previamente marinado en la soya por ambos lados. No dejar sellando más de un minuto por lado. Retirar del sartén y colocarlo en una tabla para picar.

Rebanar en láminas delgadas el atún sellado.

Untar las tostadas con la salsa de alioli de chile de árbol, montar las láminas de atún sobre la tostada untada, encima poner 3 ó 4 laminitas delgadas de aguacate y hasta arriba el poro frito.

Hacer esto hasta terminarnos las tostadas o el atún y disfrutarlas todas.

CORTESÍA DE:



MichelleonBell

food & travel



Ceviche F

he Peruano

Ceviche Peruano

CORTESÍA DE:
Chef Grace Ramirez de su libro La Latina

INGREDIENTES (para 4-6 personas):

Tiempo de Preparación 25 minutos

- 500 gr de filetes de pescado blanco, sin hueso y sin piel
- 1 cebolla roja o morada, pelada y rebanada muy fina (pluma)
- 1 pimentón (al gusto) rojo, amarillo y ceviche verde, sin semillas y rebanados muy delgados
- 1 chile picante (al gusto) fresco rojo o verde, sin semillas y picado finamente.
- 1 taza de jugo de limón fresco
- 2 cubos de hielos
- Sal marina en grano
- 1 puño de cilantro picado para servir



PREPARACIÓN:

Cortar el pescado en dados de 1 a 2 cm y colocarlos en un recipiente. Sazonar, agregar la cebolla, los pimentones, chile, jugo de limón y los cubos de hielo. Cuando el pescado ya se haya cocido gracias al limón, al punto que te guste, y se torne blanco, se retiran los cubos de hielo. Revisar la sal y al servir agregar un poco de cilantro picado.

NOTA DEL CHEF:

El mejor pescado para el ceviche es cualquier pescado blanco fresco, no graso. Puedes utilizar lenguado, pargo o pez lisa. El limón siempre debe ser fresco. Hay que evitar presionar su piel, ya que suelta la resina y que amarga los platillos. La temperatura del pescado es vital, como cuando comes sushi, no puede ser servido ni muy frío ni muy caliente, es por ello que se le incorpora el hielo, a fin de mantener una buena temperatura. El toque de picante, es esencial, en Perú se utiliza el ají limo, pero puedes utilizar también chiles jalapeños o serranos. Los pimentones de colores son opcional y los utilicé para agregar color y textura.



Dip de alc

con ques

Dip de alcachofa con queso

CORTESÍA DE



INGREDIENTES (para 6 personas):

Tiempo de Preparación 15 minutos

- 190 gr de Queso Crema Philadelphia® Deslactosado
- 1 lata de corazones de alcachofa
- 3 piezas de cebolla de Cambray
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 1/2 taza de crema deslactosada
- 1 huevo
- Sal y pimienta
- 1/2 taza de jitomate cherry

PREPARACIÓN:

Saltear la cebolla de Cambray finamente picada en un sartén con aceite. Reservar.
Batir el Queso Crema Philadelphia® Deslactosado con el huevo y la crema; sazonar con sal y pimienta.
Incorporar los corazones de alcachofa y la cebolla.
Verter en un refractario y colocar los jitomates cherry.
Hornear a 180° durante 20 minutos.

TIP: Servir con rebanadas de baguette tostado.

MichelleonBell

food & travel



Ensaladilla

la Canalla

Ensaladilla Canalla

CORTESÍA DE:



INGREDIENTES (para 6-8 personas):

- 200 gr zanahoria
- 400 gr ejote fino
- 200 gr mayonesa
- 1 huevo grande
- Pizca de sal fina de cocina
- Pizca de pimienta blanca
- 400 gr papa blanca cocida
- Pimiento rojo chico
- 200 gr atún en aceite (escurrido)
- 60 gr aceituna verde sin hueso

PREPARACIÓN:

Lavar bien las papás y las zanahorias. Cocer una hora y 15 min en una olla con agua o hasta que se puedan atravesar fácilmente con un cuchillo. Escurrir y reservar en el refrigerador 12 horas.

Cortar los ejotes en tiras finas, cocer 2 minutos en agua hirviendo y regresar en agua con hielo y sal. Escurrir y reservar.

Quitar la cola del pimiento, sacar las semillas y las venas y asar en el horno a 180° durante 35 min dejar enfriar, pelar y cortar en tiras delgadas. Reservar.

Cocer el huevo en agua durante 14 min. Enfriar, pelar y reservar.

Picar finamente las aceitunas con un cuchillo. Reservar una cucharadita para la presentación.

Escurrir el atún y guardar el aceite para otras ocasiones.

Pelar la papa y la zanahoria y pasarla por el rallador en el lado de apertura más grande. Primero las papas y luego las zanahorias.

Rallar el huevo cocido.

En un recipiente mezclar todos los ingredientes, el atún deshebrado previamente escurrido. Se incorporan las aceitunas, los ejotes, la mayonesa. Salpimentar.

Mezclar todo cuidadosamente con las manos realizando movimientos suaves y envolviendo para integrar todos los ingredientes.

Por último añadir el pimiento asado ya picado. Se mantiene en el refrigerador 4 horas antes de servir.

Se presenta en un plato extendido en cuya superficie se coloca un espejo de mayonesa espolvoreado con el resto de las aceitunas picadas y un buen chorro de aceite de oliva extra virgen.

Se acompaña con tostadas de pan.



Risotto

de hongos

Risotto cremoso de hongos

INGREDIENTES (para 10 personas):

Tiempo de Preparación: 25 minutos

- 400 gr de arroz arborio
- 3-4 cucharas de aceite de olivo
- 1 cebolla mediana
- 50-75 gr de mantequilla
- 1 1/2 taza de vino blanco seco
- 1 1/2 litro de consomé de pollo caliente
- 250 gr de queso parmesano
- Pisca de sal
- Pisca de pimienta
- Aceite de trufa al gusto
- 300 gr de champiñones
- 300 gr de setas
- 300 gr de portobello
- 100 gr echalote
- 50 gr de mantequilla
- 80 gr de aceite de oliva

PREPARACIÓN:

De los hongos:

Lavar, limpiar y quitar una rebanada muy fina del tallo de todos los hongos. En el caso de los portobello quitar el pie y toda la parte negra. Cortar los champiñones en cuartos, las setas sesgadas, y los portobellos en triángulo. Picar finamente el echalote.

Calentar un sartén con un poco de aceite de olivo, saltear los hongos separadamente hasta que tomen color. Agregar la mantequilla y los echalotes picados, sazonar con sal y pimienta. Reservar.

Del arroz:

Picar la cebolla muy finamente, e incorporarla a un sartén con aceite de olivo y la mantequilla ya derretida. Agregar el arroz, moviendo constantemente hasta que se separe, añadir el vino blanco y poner a hervir hasta que se evapore.

Agregar gradualmente cucharones de consomé, mover en forma constante para evitar que se pegue. Cuando el consomé sea consumido se agrega nuevos cucharones hasta que el arroz quede "al dente" ósea cocido y cremoso. Incorporar el aceite de trufa (al gusto) y el queso parmesano.

Colocar el risotto en un aro de 10 cm de diámetro en un plato de servicio hondo, disponer los hongos encima del risotto. Decorar con un brote de chícharo. Servir rápidamente.

CORTESÍA DE:





Pasta di

di Funghi

Pasta di Funghi (Pasta con hongos)

CORTESÍA DE:



INGREDIENTES (para 2 personas):

Tiempo de Preparación 15-25 minutos

PASTA FRESCA

- 200 gr harina
- 2 huevos
- Pizca sal fina

HONGOS DESHIDRATADOS

- 5 pz champiñón
- 4 pz hongo Portobello
- 4 pz Seta

PARA EL PLATILLO

- 1 diente de ajo picado
- 2 cucharadas de aceite de olivo
- 8 piezas de chile comapeño
- 6 cucharadas de los hongos deshidratados
- 1/3 taza de vino blanco
- 1/3 taza caldo o fondo de vegetales
- 220 gr pasta fresca cortada en fettuccini

- 1 cucharada mantequilla
- 1/2 limón Eureka exprimido
- 1 pizca de sal
- Queso parmesano al gusto
- 2 hojas de albahaca

PREPARACIÓN:

Para preparar la pasta:

En un bowl, poner harina y sal. Combinar y hacer un volcán. Al centro poner los huevos e incorporar. Dejar reposar por al menos 15 minutos.

Estirar hasta que quede bien delgada la masa y cortar en fettuccini. Reservar.

Hongos deshidratados:

Rebanar los hongos muy delgados y ponerlos en charolas perforadas para hornear o con una rejilla sobre las charolas en 1 sola capa. Hornear a 90°C por alrededor de 1 hora moviéndolos cada 15 minutos o hasta que se hayan deshidratado completamente y queden como papel seco. Reservar.

Platillo:

En una olla con agua hirviendo, se ponen a cocer los fettuccini, cuidando que queden al dente, evitando se cocinen demasiado. Se escurren en una coladera para agregarlos finalmente a la salsa.

Calentar un sartén y poner el aceite con el ajo, los chiles comapeños y los hongos.

Saltear y agregar el vino blanco y el caldo de vegetales, incorporar la pasta y exprimirles el medio limón. Al final se agrega la mantequilla y la pizca de sal.

Servir de inmediato en un plato hondo y decorar con queso parmesano y hojas de albahaca fresca.

MichelleonBell

food & travel



Rústica

ica Barbara's

Lasagna rústica Barbara's

INGREDIENTES (para 10-12 personas):

PARA LA SALSА BOLOGNESA

- 2 kg carne molida de res
- 300 gr cebolla finamente picada
- 5 dientes de ajo finamente picada
- 250 gr pimiento morrón verde
- 250 gr zanahoria picada
- 150 gr apio finamente picado
- 800 gr de tomates pelados en lata, o bien puré de tomate de tomate
- Aceite olivo extra virgen
- 300 ml vino tinto
- 2 ramitas de romero picado extra fino
- 2 hojas laurel
- Tomillo
- 1 manojo de albahaca picado
- Pimienta negra recién molida
- Flor de sal de colima

SALSА BECHAMEL

- 125 gr mantequilla
- 100 gr harina de trigo
- 1 taza de leche
- Sal al gusto
- Pimienta blanca
- Nuez moscada

EXTRAS

- Láminas de pasta , previamente cocidas al "dente".
(En cacerola con agua hirviendo, incorporar las láminas, una a una, revolviendo para que no se pegue. Solamente deben estar ligeramente blandas, considerando que irán todavía al horno. Cuidar que no se cuezan demasiado, para evitar que se rompan. Deben escurrirse muy bien sobre un lienzo.
- 1 kg queso mozzarella rallado
- 200 gr de queso parmesano rallado

PREPARACIÓN:

En una cacerola caliente vaciar la cebolla ajo apio pimiento y zanahoria sazonar con sal, pimienta y un poco de las hierbas, una vez sudando agregar la carne poco a poco y mover constante para evitar trozos grandes de carne sazonar con más sal pimienta y hierbas y agregar vino. Separar bien del fondo la cacerola, revolviendo con cuchara de palo y agregar el puré de tomates, luego el resto de las hierbas y salpimentar. Dejar que hierba y retirar del fuego.

CORTESÍA DE:



EN:

**MERCADO
SAN GENARO**
M. ESCOBEDO, CDMX

MichelleonBell

food & travel

Para la salsa bechamel:

En una cacerola derretir la mantequilla, una vez derretida agregar de una la harina incorporando la mezcla. Luego, se irá incorporando gradualmente la leche caliente, se mueve y revuelve con batidor de globo, evitando se formen grumos. Salpimentar y agregar la nuez moscada.

En un refractario, colocar una capa de láminas de pasta seguido de un tercio de la salsa bolognesa una base de bechamel y un tercio de queso repetir dos ocasiones más en la última capa poner la mitad del parmesano.

Hornear a 170 grados centígrados de 30-40 min dependiendo de su horno.

Una vez fuera del horno poner el resto del parmesano y servir.



Enchiladas

Light

Enchiladas Light

INGREDIENTES (para una persona):

- 3 claras de huevo
- 1 taza de champiñones fileteados, rebanados y desechando previamente la última capa de la colita del hongo
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 10 gr de cebolla picadita
- Sal y pimienta
- 3 tiras de queso panela asado
- Chile guajillo al gusto, finamente picado, sin semillas ni venas
- Ajo al gusto
- Queso fresco rallado
- Salsa de chipotle quemado Bottega Culinaria
- 1 hoja de cilantro

PREPARACIÓN:

Batir cada clara con tenedor, luego vaciarla en un sartén previamente engrasado con una cucharadita de aceite y expandir para formar la crepa. Una vez cocida de un lado, voltearla y cocer del otro lado. Repetir la acción con las dos claras restantes.

En un sartén agregar una cucharadita de aceite, una vez caliente agregar la cebolla en cuadritos a que cambie de color y se ponga transparente. Agregar la espinaca fileteada y sazonar con sal y pimienta. Retirar del fuego.

En otro sartén agregar un chorrito de aceite, una vez caliente agregar el ajo picado finamente y dejar dorar un poco. Agregar el champiñón fileteado y chile guajillo fileteado. Sazonar con sal y pimienta. Retirar del fuego.

Tomar una de las crepas de clara y rellenar con la espinaca preparada, hongos preparados y queso panela asado, y envolver en forma de enchilada. Elaborar las 3 tortillas con el mismo procedimiento.

Servirlas en cazuela acomodando las 3 enchiladas en el centro y verterles la salsa chipotle Bottega Culinaria previamente calentada, sin que hierva.

Decorar con el queso fresco rallado y la hoja de cilantro.

CORTESÍA DE:





Taquitos de

s de frijol

Taquitos de hoja santa rellenos de frijol

INGREDIENTES (para 4 personas):

- 12 hojas de hoja santa blanqueadas
- 100 gr de chapulines
- 150 gr de pasta de frijol
- 100 gr de frijoles de la olla
- 150 gr de queso
- 1 taza de aceite vegetal
- 2 oz de salsa de chile morita
- 2 oz de crema líquida
- 200 gr de queso fresco
- Rabanitos en láminas finas
- Media cebolla morada en julianita fina y desfleada
- Flores de cilantro

CORTESÍA DE:



PREPARACIÓN:

Extender la hoja santa y rellenar con la pasta de frijol, chapulines y el queso, enrollar dándole la forma de taco y freír los tacos en el aceite y escurrir en papel absorbente. Cortar en taquitos de 2 cm y reservar.

PARA LA SALSA DE MORITA:

- 4 chiles morita hervidos
- 1 diente de ajo hervido un trozo de cebolla blanca hervido
- Sal al gusto

Se licúan primero los chiles con la cebolla y el ajo con media taza de agua. Una vez licuado se le agregan los tomatillos y se vuelve a licuar. Sazonar con sal y reservar. Checando que este muy picante.

PARA LOS FRIJOLES DE LA OLLA:

- 1/4 de kilo de frijol
- 1 1/2 lt de agua
- 1 ramita de epazote
- 3 dientes de ajo
- 1/3 de cebolla
- Sal de grano

Cocinar de 45 minutos a una hora y reservar los frijoles.

PRESENTACIÓN:

Colocar al centro del plato un espejo de la salsa de morita, poner encima una cucharadita de frijoles de la olla. Colocar los taquitos de hoja santa en forma de círculo. Decorar con el queso, crema, cebolla y flores de cilantro.



Panini de

de pollo

Panini de pollo

INGREDIENTES (para 6 personas):

Tiempo de Preparación 30 minutos
Tiempo de Cocción: 15 minutos

- 4 cucharadas Hellmann's® Reducida en Grasa
- 2 cucharadas perejil fresco, picado
- 1/2 diente ajo picado
- 2 pizcas pimienta negra molida
- 2 cucharadas aceite
- 1/2 cebolla morada fileteada
- 1 pimienta verde en julianas
- 1 pimienta roja en julianas
- 1 pimienta amarilla en julianas
- 450 g pechuga de pollo en fajitas
- 1 cucharadita caldo de pollo
- 1 calabaza en rebanadas gruesas
- 4 piezas de pan estilo italiano o chapata
- 4 hojas de lechuga italiana

PREPARACIÓN:

Para la mayonesa, mezclar en un recipiente, Hellmann's® Reducida en grasa con el perejil, ajo y pimienta. Reservar.

Calentar un sartén con el aceite y sofreír la cebolla hasta que esté ligeramente suave, agregar los pimientos y cocinar a fuego alto hasta que suavicen.

Agregar el pollo, sazonar con Knorr® Suiza Caldo de Pollo y cocinar hasta que el pollo esté dorado y bien cocido. Añadir las calabazas y cocinar por 1 o 2 minutos más.

Cortar los panes por la mitad y calentarlos en un grill o comal. Untar en cada uno la mayonesa mediterránea, colocarles las hojas de lechuga, repartir el relleno y armar los paninis. Servir.

TIP: Sustituir el pollo por queso panela en tiras o lomo de cerdo en fajitas.

CORTESÍA DE





Chile en

er Nogada

Chile en Nogada

INGREDIENTES (para 10 a 12 personas):

- 500 gr carne de lomo de puerco molida
- 500 gr de almendras peladas y picadas
- 320 gr de pasas claras
- 180 gr de piñones
- 12 chiles poblanos asados pelados y desvenados
- 3 dientes de ajo, finamente picados
- 150 gr jitomates asados, previamente escalfados para quitar la cáscara y picados
- 310 gr duraznos limpios pelados y picados
- 310 gr peras limpias, peladas y picadas
- 310 gr manzanas limpias, peladas y picadas
- 120 grs acitrón, finamente picado
- 20 grs de azúcar
- 1 plátano macho, pelado y picado
- 1 cebolla mediana, finamente picada
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta

PARA LA NOGADA

- 50 ml de crema
- 125 gr queso doble crema
- 360 gr de nuez de Castilla fresca, remojadas en leche y coladas
- 2 granadas rojas desgranadas
- Perejil picado
- 1-3 cucharadas de oporto dulce o vino dulce

CORTESÍA DE:



MichelleonBell

food & travel

PREPARACIÓN:

Los chiles se asan, se dejan sudar en una bolsa de plástico. Se abren por un costado, cuidando de conservar la pata; se pelan, despepitan y desvenan.

Se pasan por aceite de oliva, solamente para ablandar y se dejan escurrir en papel absorbente.

Aparte se fríe el ajo y la cebolla en aceite a punto de humo. Agregar la carne molida, una vez dorada, incorporar los jitomates escalfados. Ya consumido el jugo de la cocción, agregar las frutas y semillas, azúcar, sal y pimienta al gusto.

Llevar a la cocción a fuego suave, durante quince minutos. Dejar enfriar antes de rellenar los chiles.

Para la nogada se licúan las nueces (previamente remojadas en leche y limpias), crema y queso. Sazonar con azúcar, sal y pimienta al gusto.

Agregar unas gotas de oporto o vino dulce al gusto. Poner esta mezcla sobre los chiles tibios.

Se sirven en platón grande, colocando los chiles con las colas hacia afuera, se bañan con la nogada, se le espolvorea la granada y el perejil.



Green S

Green Bowl

CORTESÍA DE:



Green Bowl

INGREDIENTES (para una persona):

- 1/4 aguacate
- 1/2 plátano congelado
- 50 gr de espinaca
- 1 cucharada de wheatgrass (hierba de trigo)
- 1 cucharada de chia
- 1 cucharada de proteína vegetal
- 1 taza de agua de coco

PARA DECORACIÓN:

- 2 fresas en rebanadas
- 1/4 plátano en rebanadas
- 3 frambuesas
- Granola
- Semillas de cáñamo

PREPARACIÓN:

Mezclar todo en la licuadora, y servir en un bowl. Decorar al gusto con granola, fresas, plátano, frambuesa y semillas de cáñamo.



Pollo en

zarzamora

Pollo en mole de zarzamora

CORTESÍA DE:



TESTAL

INGREDIENTES:

- 1 kg de mole (Ver receta de mole)
- Salsa de zarzamora (Para 1 litro de salsa de zarzamora)
- 1 kg de zarzamora congelada
- 160 ml de vino tinto
- 700 gr de azúcar

PREPARACIÓN:

Se mezclan todos los ingredientes en una cacerola y se ponen a fuego medio aproximadamente por 15 minutos, se deja enfriar y se licúa perfectamente, se pasa por un colador.

MOLE DE ZARZAMORA

INGREDIENTES (para 15 personas):

- 1 lt de salsa de zarzamora
- 1.9 kg de mole poblano
- 150 gr de ajonjolí garapiñado
- 15 piezas de pechuga, muslo, pierna de pollo (190 g)
- c/s consomé de pollo

PREPARACIÓN:

En un sartén se mezclan la salsa de zarzamora y mole poblano, se agrega la cantidad necesaria para lograr la consistencia de un mole, cuidando que no esté muy espeso.

La pechuga se cuece en otro poco de consomé de pollo ya preparado y cuando este cocido se retira se deja enfriar un poco y se deshuesa, se recalienta en el mole de zarzamora ya preparado

MichelleonBell

food & travel

PRESENTACIÓN:

Se sirve la pechuga de pollo en un plato trinche y sé baña con mole de zarzamora, esparcir el ajonjolí garapiñado encima, y se acompaña con dos o tres rebanadas de plátano frito y un timbal de arroz. Tortillas de maíz bien calientes.

Ingredientes para la molienda de especias

- 2 a 3 tazas de manteca de cerdo
- 2 1/2 cebollas blanca en mitades
- 1 cebolla blanca picada grueso
- 8 dientes de ajo enteros
- 1 cabeza de ajo asada y pelada
- 3 jitomates asados
- 10 tomatillos asados
- 3/4 de taza de semillas de ajonjolí
- 3/4 de taza de almendras sin tostar
- 3/4 de taza de cacahuates sin tostar
- 3/4 de taza de pasitas
- 1 taza de ciruelas pasas sin semilla
- 2 plátanos macho maduros en rebanadas de ~~1/2~~ de grueso
- 1 cucharada de semillas de cilantro
- 1 cucharada de semillas de anís
- 2 Rajas de canela de 5 a 6 cm de largo c/u
- 1 pieza de pan dulce duro, en pedazos
- 2 tortillas chamuscadas en pedazos
- 1 1/2 litros de consomé de pollo, caliente
- 2 rebanadas de cebolla blanca en rebanadas
- c/s de sal



FOTO: DATUOPINION.COM

Ingredientes para la molienda de chiles:

- 30 chiles mulatos sin semilla, desvenados, ligeramente fritos y remojados
- 16 chiles anchos sin semilla, desvenados, ligeramente fritos y remojados
- 6 chiles pasillas largos sin semilla, fritos y remojados
- 6 chiles chipotle sin semilla, desvenados, fritos y remojados
- 1 1/2 cebolla blanca en mitades
- 6 dientes de ajo enteros
- 240 gr de chocolate en tablillas con canela en pedazos
- 1 taza de azúcar
- 2 a 2 1/2 litros de consomé de pollo, caliente.

MichelleonBell

food & travel

PREPARACIÓN:

Se calienta un poco de manteca en una cacerola grande. Se agrega la cebolla en mitades hasta que esté transparente y ligeramente dorada. Se agregan los dientes de ajo enteros y se doran. Se apartan los ajos ya dorados.

Se agrega un poco más de manteca y se fríe la cebolla picada, la cabeza de ajo, los jitomates y los tomatillos. Se sacan y se dejan aparte.

Se agrega más manteca y se fríen las semillas de ajonjolí, almendras, pasas, ciruelas pasa, plátanos y las semillas de cilantro, anís y la canela. Se retiran y se escurren todos los ingredientes perfectamente.

Se retiran y se escurren todos los ingredientes. Se iicúan todos los ingredientes, junto con el pan dulce, las tortillas y el consomé hasta que queden bien molidos. Será necesario que se reparta la molienda en partes, para lograr una molienda pareja.

Se calienta la manteca restante en una olla de barro y se doran las rebanadas de cebolla. Se agregan los ingredientes molidos y la cantidad suficiente de sal, se deja hervir a fuego manso durante 1 hora, revolviendo ocasionalmente.

Mientras tanto, se muelen los chiles mulatos, anchos, pasillas y chipotle ya fritos en una licuadora o procesador de alimentos junto con la cebolla, ajo y un poco de agua de cocción que se guardó. Se agrega la cantidad suficiente de sal.

Se cuele la mezcla de chiles y se revuelve poco a poco en la mezcla hirviente que tiene las especias, esperando alrededor de 10 minutos entre una y otra vez.

Se sigue calentando el mole, revolviendo ocasionalmente. Se agrega el chocolate y el azúcar y, si es necesario, sal. El mole debe hervir a calor bajo de 2 a 3 horas.

Es conveniente cubrir la cazuela con una tapa o con papel aluminio para evitar que salpique. Se agrega más consomé, para darle una consistencia suave, no tan espesa. Estará listo cuando esté con una gruesa capa de grasa flotando. Se prueba y se checa la sal

Se disuelve la porción del mole en un poco de consomé, dependiendo qué tan espeso se encuentre éste, y se calienta en una sartén hasta lograr la consistencia adecuada de un mole. Se termina de calentar la pieza de pollo deshuesada dentro del mole.



FOTO: GASTRONOMADAS.MX

PRESENTACIÓN:

En un plato trinché de 27 cm, se coloca la pieza de pollo elegida por el comensal y se baña con el mole bien caliente, esparciendo el ajonjolí tostado encima acompañando con un timbal de arroz y un pequeño recipiente encima del plato con frijoles de la olla.

Tortillas de maíz bien calientes.



Merengue

o amargo

Merengues de cacao amargo

INGREDIENTES (20 merengues aproximadamente):

Tiempo de Preparación 15 minutos

Tiempo de Refrigeración: 1 hora

Tiempo de Cocción: 15 minutos

- 220 gr de azúcar glas
- 170 gr de polvo de almendra
- 5 claras de huevo
- 1/2 cucharadita de sal
- 75 gr de azúcar
- 100 gr de cacao amargo en polvo

PREPARACIÓN:

Mezclar el azúcar glas con el polvo de almendra y cernir para obtener una preparación muy fina.

Verter las claras al tazón de una batidora eléctrica o, en su defecto, a un tazón grande. Batir las claras lentamente al principio y aumentar la velocidad, añadir la sal.

Agregar el azúcar poco a poco y seguir batiendo hasta obtener una textura firme y lisa.

Incorporar delicada y progresivamente la mezcla de polvo de almendra y azúcar glas a las claras de huevo batidas a punto de nieve. Agregar el cacao en polvo.

Sobre una charola para hornear cubierta con papel encerado, formar 20 merengues con la ayuda de una cuchara o una manga pastelera. Dejar reposar los merengues durante una hora en refrigeración.

CORTESÍA DE:



ERIC KAYSER
ARTISAN BOULANGER
PARIS