



RECETARIO

EDICIÓN COCINA



¿POR QUÉ ES BUENO COMER CARNE DE RES?

Contiene aminoácidos esenciales que nos ayudan a prevenir enfermedades y nos mantienen saludables.

Brinda ácidos grasos esenciales que ayuda al mantenimiento de la piel y activa el sistema inmune.

La proteína contenida en la carne de res nos permite mantener la masa y el tono muscular.

Contiene vitamina B3, ácido fólico, betaína, vitamina B12, hierro, zinc y fósforo.



**Entomatadas de cecina
huasteca**

INGREDIENTES

1 paquete de cecina huasteca Gusi

1/4 de Kg de queso fresco

1/4 de jitomate mediano

1 chorrito de aceite

3 jitomates saladet

1/2 cebolla mediana

Tortillas de maíz

1 diente de ajo

1 chile serrano

Sal al gusto

INSTRUCCIONES

- 1 Corta en cuadros los jitomates y la media cebolla.
- 2 Coloca las rodajas de aguacate y unas rodajas de cebolla.
- 3 Acomoda tu cecina huasteca Gusi y vierte salsa sobre las entomatadas.
- 4 Coloca una tortilla de maíz y rellénala con la salsa de jitomate.
- 5 Cocina la cecina huasteca Gusi (Te recomendamos prepararla en la parrilla) hasta alcanzar el término deseado.
- 6 Corta en rodajas el aguacate.
- 7 Tapa la olla y déjala hervir por unos minutos.
- 8 Calienta el chorrito de aceite en una olla y agrega la salsa.
- 9 Agrega a la licuadora los jitomates, la cebolla, el ajo y el chile serrano y licúa hasta quedar una mezcla homogénea.
- 10 Corta a la mitad el diente de ajo.
- 11 Agrega un poco del queso fresco sobre las entomatadas y están listas para comer.



Aguachile de res

INGREDIENTES

350g de rib eye Gusi

1/2 taza de jugo de limón

1/4 taza de soya

3 cucharadas de jugo de naranja

2 chiles serranos

INSTRUCCIONES

- 1 En un recipiente colar el jugo de limón y naranja.
- 2 Mezclar los jugos y añadir poco a poco la salsa soya.
- 3 Agregar los chiles cortados en rodajas.
- 4 Cortar la carne en láminas delgadas.
- 5 Acomodar la carne y verter la salsa sobre toda la superficie.
- 6 Dejar reposar por 20 minutos y servir.



Tinga de res

INGREDIENTES

2 paquetes de deshebrada de res GUSI

1/2 kg de jitomate

1 diente de ajo

2 cebollas

1 cucharada de orégano seco

3 chiles chipotle

INSTRUCCIONES

- 1 Poner a hervir una olla con 1 litro de agua.
- 2 Agregar los jitomates y el ajo.
- 3 Licuar los jitomates, el ajo con un chile chipotle. Agregar poco a poco el agua donde se hirvió las verduras.
- 4 Cortar la cebolla en juliana y sofreír en una sartén con el orégano.
- 5 Verter la salsa y cocinar por 5 minutos.
- 6 Agregar la carne y mover hasta integrar todos los ingredientes.
- 7 Sal pimentar y cocinar a fuego lento hasta espesar.



Hígado encebollado

INGREDIENTES

400g de hígado de res

1 cebolla grande

Sal y pimienta al gusto

INSTRUCCIONES

- 1 Cortar las cebollas en juliana.
- 2 Calentar un poco de aceite en una sartén y añadir las cebollas.
- 3 Calentar a fuego lento tapando la olla y revolviéndolas de vez en cuando.
- 4 Retirar del fuego cuando cambien de color.
- 5 Preparar el asador, espera hasta que las brasas estén controladas.
- 6 Colocar el hígado sobre las brasas y cocinar por ambos lados.
- 7 Servir con la cebolla pochada.



Tacos dorados de res

INGREDIENTES

1 paquete de carne deshebrada Gusi

1/4 Kg de tortillas de maíz

1 cucharada de aceite vegetal

1/4 de lechuga romana

1 aguacate mediano

1/2 taza de crema

Queso rallado al gusto

Salsa verde al gusto

INSTRUCCIONES

- 1 Corta en rodajas el aguacate.
- 2 Abre el paquete de CARNE DESHEBRADA GUSI y colócalo en una sartén con un poco de aceite.
- 3 Calienta la carne por 2-3 minutos, después de calentarla coloca la carne en un bowl.
- 4 Calienta las tortillas en el comal para que queden suaves.
- 5 Rellena las tortillas con la CARNE DESHEBRADA GUSI y enróllalas para formar los tacos. Si crees necesario asegúralos con un palillo en el centro.
- 6 Calienta el aceite vegetal en la sartén.
- 7 Comienza a dorar los tacos en la sartén hasta alcanzar la consistencia deseada.
- 8 Cuando queden listos retira del fuego y colócalos en un plato.
- 9 Cúbrelos con crema, queso y salsa.



Encuentra más recetas en:
www.grupogusi.com.mx