

COLECCIÓN DE RECETARIOS



De familia norestestense por generaciones, licenciada en diseño de indumentaria y textiles, estudió varios diplomados todos relacionados con la historia.

Se inicia en el mundo de la gastronomía en el 2000 al proponerse tener un año sabático. Rápidamente comienza a dar clases de cocina y en el 2003 viaja a Valencia, España a formalizar estudios gastronómicos.

Formó parte de varios consejos editoriales, entre ellos Buena Mesa en el periódico El Norte. Fué la 1er mujer en formar parte del consejo directivo de Coparmex Nuevo León desde su fundación en 1929. Fué presidente de la Comisión de Empresarios Jóvenes de Comparmex Nuevo León y Vicepresidente nacional de la misma comisión. Actualmente, su despacho GastroBureau es una empresa que se especializa en desarrollar estrategias de vinculación gastronómica.

ÍNDICE



ASADO DE PUERCO P. 07



POLLO A LA RÍO RAMOS P. 11



ARROZ NOTRTEÑO CON MACHITOS P. 16



CORTADILLO NORTEÑO P. 20



CALDILLO DE CARNE SECA P. 25



LAS HOJARASCAS DE MI INFANCIA P. 28



La Cocina del Norte

¿Quién fue el responsable de hacer menos por tanto tiempo a la cocina del Norte?

No hay quien lo sepa con certeza pero don José Vasconcelos -que era oaxaqueño - seguro contribuyó en algo.

Él recelaba de los norteños porque en la Revolución anduvo con villistas, obregonistas y carrancistas. Eran tipos duros, curtidos por un sol distinto al suyo, uno más agreste y menos clemente al que él estaba acostumbrado. Eran fulanos parcos que asaban tiras de carne de res directamente sobre el fuego hasta quedar resecas como la suela de una bota, aderezadas apenas con sal: era el alimento de un ejército de rebeldes veloces, eficaces e independientes. Don José, que era un sibarita, no podía concebir nada más espartano que todo eso.

"La Civilización termina donde empieza la carne asada" - sentenció Vasconcelos, feroz censurador, refiriéndose a los norteños.

Y no sólo se trataba de la gastronomía.

Estaba consciente del carácter norteño, a la vez hosco y abierto. De su cautela hacia todo aquello que venía impuesto de otros lados, especialmente del centro del país - de "la Capital" - tan lejana y tan ajena. La aparente escasez de su entorno los había vuelto industriosos. Eran imaginativos de forma diferente y hacer mucho con poco, en un país tan pródigo, era casi una manera de ofender.

El trasfondo de la cocina del Norte conserva esa naturaleza. Sus platillos más representativos explotan al máximo su sabor sin barroquismos, inexistentes en éstas regiones. Son platillos sin muchos ingredientes, porque su definición y su resultado final, no los necesita.

La Historia nos habla de núcleos de pioneros - españoles, judíos sefardíes, indígenas tlaxcaltecas y hasta algunos musulmanes conversos - que adaptaron los productos que aquí encontraron incorporándolos a los que cargaban junto a sus escasas pertenen-

cias, creando una cultura culinaria propia, ligada al territorio y a las tradiciones propias: en conjunto crearon expresiones culinarias nuevas, con vida propia, y como tal se siguen y se seguirán reinterpretando.

Edna Alanis conoce todo eso.

Ella misma es descendiente de quienes llegaron desde el Viejo Continente hasta el Valle de la Nueva Extremadura. Sus ancestros se extendieron por él y aprendieron a quererlo tanto, que ahí permanecen.

Ella es absolutamente leal a esa narrativa regional y a la vez universal. Sus creaciones reflejan la recuperación del pasado a través de los testimonios de aquellos de quienes aprendió y vivió la experiencia gastronómica; pero también son resultado del estudio de archivos históricos que echan luz sobre pasado, un trabajo de investigación poco asociado a los fogones porque se hace en las aulas y en las bibliotecas, pero que cualquier profesional de la gastronomía debería hacer para permanecer fiel a sí mismo y a su responsabilidad última.

Repaso el recetario y cada platillo suculento -excelentemente fotografiado- desde los platillos más tradicionales, como el asado de puerco - tan ancestral como el cabrito y que echa por tierra la idea que la carne de cerdo no se consumía en esta región - y los propuestos por ella, como el fabuloso arroz norteño con machitos, nos alejan de la idea preconcebida de que nuestra cocina del Norte es pobre o poco original, cuando en realidad es precisa y directa.

Insinuar que la parquedad es sinónimo de pobreza, es como afirmar que el buen entendedor necesita muchas palabras. Edna lo sabe.

Pepe Compeán

Autor y arquitecto arq.compean@gmail.com

ASADO DE PUERCO

Con esta receta comencé hace muchos años mi gusto por la cocina norestense, mi Yaya un par de años antes de morir me citó en su casa y me dijo, "vamos a cocinar y vas a anotar todo lo que yo te diga", y así, ella sentada en su sillón me daba instrucciones precisas, mientras yo cocinaba y anotaba. Mi Yaya, mujer de carácter fuerte, norteña, quien argumentaba que no le gustaba la cocina pero me dijo, esta receta es de tu abuela (su hermana) y tengo que dejártela a ti porque estoy segura que tu sabrás muy bien que hacer con ella. Y desde entonces y como un legado de vida, defiendo mi receta, la comparto, la cocino, la publico y hago todo lo necesario posible para que cuanta persona se interese pueda tenerla. Las recetas deben compartirse, de otra forma quedarán en el olvido.



- 2.5 kilos carne de puerco en cubos de 3 cm aprox (pierna y costilla).
- 15 piezas de chiles anchos.
- 7 piezas de chile guajillo.
- 2 cucharaditas de pimienta entera.
- 2 cucharaditas de comino entero.
- 3 piezas Hojas de Laurel.
- 5 cms de raja de canela
- 1/4 de pieza de naranja pequeña seca (su cáscara)

- 1/4 cucharadita ralladura de hueso de aguacate.
- 3 piezas de dientes de ajo grandes.
- 1 pieza de cebolla.
- 1 cucharaditas de orégano.
- 3 cucharadas de vinagre de manzana.
- Cantidad necesaria de manteca de cerdo.

PROCEDIMIENTO

- 1.- Se licua en seco, pimienta, comino, orégano, y al final ajo
- 2.- Los chiles se abren se les retira semilla y venas y se remojan en agua caliente hasta suavizar, se agregan a la licuadora con un poco del agua hasta formar una pasta suave.
- 3.- La carne se hierve en agua con muy poco agua, apenas que cubra la mitad del volumen de la carne, se pone sal, ajo, cebolla y laurel. No tapar la carne y esperar hasta que se evaporar todo el líquido
- 4.- Cuando se ha terminado el liquido se agrega manteca de cerdo para dorar la carne.
- 5.- Se agrega la salsa de chiles hasta que suelte el primer hervor
- 6.- Se agrega la canela entera, cáscara de naranja y ralladura de aguacate, y el vinagre
- 7.- Se rectifica la sazón.



CONSEJO

De la cáscara de naranja deberás eliminar la parte blanca de adentro o se amargará tu asado.

Para secarla la dejas desde la noche anterior (la cascara) afuera junto a tu estufa, si no te dio tiempo la secas en un comal caliente antes de cocinar el asado, nunca la pongas fresca.



POLLO A LA RÍO RAMOS

El rio Ramos se encuentra en la región citrícola de Nuevo León, mi familia paterna los Alanís originarios de Villa de Santiago acostumbraban esta receta, si bien no es la original ya que he preguntado a diferentes personas sus versiones. Las recetas que son del pueblo le pertenecen al pueblo, y en cada familia cambian algunos ingredientes y procesos. Nadie tenemos la receta original o auténtica. De lo que se trata es de compartir la que más nos gusta, y así es este caso. El sabor de la salsa de hígados es un terciopelo al paladar, mi amiga Rosa María cuando la probó me dijo "esta mas sabrosa que una salsa de foie gras"



- 1 pollo grande (fresco) cortado en piezas y con la piel
- 11/2 dientes de ajo (grande)
- 1/4 cucharadita de pimienta entera
- 1/4 cucharadita de comino entero
- 1 Cucharada de orégano
- 1/2 cucharadita de sal de grano

- 4 tomates guaje
- 4 tomates de fresadilla (tomatillo)
- 10 hígados de pollo (fresco)
- 1/2 cebolla mediana
- 1 Cucharada de ajonjolí blanco (opcional)
- 3 hojas de laurel
- Manteca de puerco para freír



- un poco de agua , hojas de laurel cebolla y sal y dejarlos a medio cocer (reservar)
- 2.- En una cazuela de barro dorar el pollo en piezas en manteca de puerco bien caliente (sellar y reservar)
- 3.- Con el vaso de la licuadora bien seco, pulverizar la pimienta, el comino y el orégano. (Si vas a usar ajonjolí lo agregas en este paso también)
- 4.- Después de molido agregar el ajo y la sal de grano.
- 5.- En un sartén aparte sofreír los tomates y la cebolla con manteca de puerco y reservar
- 6.- En la licuadora con las especies dentro moler los hígados de pollo a medio cocer con un poco de caldo de la cocción, agregar los tomates y cebolla.
- 7.- Vaciar a la cazuela con el pollo ya sellado
- 8.- Revolver muy bien y dejar hervir a fuego muy bajo para integrar sabores y que el pollo este bien cocido.
- 9 Rectificar la sazón

CONSEJO

Hoy en día encontrar hígados de pollo es una hazaña, yo los voy juntando y congelando poco a poco cada vez que compro pollo entero.





CORTADILLO NORTEÑO

Una de las recetas mas tradicionales no solo del noreste sino de todo México. Con el paso de los años ha evolucionado en mi cocina, todo comenzó cuando niña me cocinaban "carne de changuitos" y era un cortadillo en cubos muy pequeños cocinado en su propio jugo y me lo servían con tortillas de harina. Hoy esa receta se ha convertido en la que te comparto a continuación. Sin embargo cuando pienso en aquella carne de changuitos se me hace agua la boca. No tengo idea de donde salió ese nombre, seguro 'La Güera' se lo puso para motivarnos a comer a mis hermanos y a mi. ('La Güera' es la cocinera de mis abuelos maternos, quien nos consintió y gracias a ella los olores en casa eran tan formidables que siguen en mi memoria).



- 1 kilo de sirloin cortado en trozos grandes
- 4 piezas de tomate bola muy rojo y bien asados
- 1/2 pieza de cebolla asada y en cuadritos

- 8 piezas de chile piquín
- 2 piezas de diente de ajo asado y picado
- 1/4 de taza de aceite de maíz
- Cantidad suficiente de comino entero
- Cantidad suficiente de pimienta
- Cantidad suficiente de sal



PROCEDIMIENTO

- 1.- Con la licuadora bien seca, se pulveriza el comino, se agrega chile piquín y se tritura, se agrega tomate y se martaja junto con el ajo
- 2.- En una cazuela o sartén se calienta el aceite y se sella la carne hasta que deje de salir sangre. Se sazona con sal y pimienta y se tapa para que suelte su jugo
- 3.- Se agrega el tomate licuado y cebolla,
- 4.- Se tapa, se rectifica la sazón y se sirve la carne suave.

CONSEJOS

La cantidad de chile siempre varia según el gusto de los comensales. La carne puede cambiarse por rib-eye o el corte deseado. Ideal servirla con tortillas de harina.

Uno de mis secretos es dejar el jugo que soltó la carne tapada y ahí mezclar con la salsa de tomate, eso le dará un sabor estupendo.



ARROZ NORTEÑO CON MACHITOS

Hace como 10 años, en una comida con amigos en un rancho me tocó hacer el arroz, y se me olvido el caldo, mi primera reacción fué usar el caldo que había surgido de la cocción del cabrito, y de pronto pensé en agregar los machitos al arroz, siempre mi espíritu goloso florece. Luego el sofrito, como no tenía licuadora lo asé y piqué a mano. Así surgió esta receta, de la necesidad de cocinar para los amigos con pocos elementos y salivando mientras cocinaba. Hoy es de mis grandes favoritos en mi cocina.





INGREDIENTES ARROZ

- 2 tazas de arroz grano largo.
- 2 piezas de tomates guaje bien asados y en cuadros con todo y su jugo .
- 2 piezas de diente de ajo asados.
- 4 tazas de caldo de la cocción de los marchitos (colado).
- 1 piezas de calabacita picada en dados pequeños.
- 1/2 pieza de cebolla asada y finamente picada.
- 1 pieza de chile serrano entero sin cabo.
- 2 ramas de cilantro.
- 1/2 cucharaditra de comino en polvo
- Cantidad necesaria de aceite de maíz o manteca.

INGREDIENTES MACHITOS

- 2 piezas de machito
- 1/4 pieza de cebolla
- 1 pieza de diente de ajo grande
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de pimienta
- Cantidad necesaria de orégano y comino

- dientes de la sección de machitos.
- 2.- Se dejan hervir 45 minutos aproximadamente, cuando estan listos se retiran y se reposan por 15 minutos fuera del agua.
- 3.- Uno de los machitos se pica en cubos de medio centímetro aproximadamente y el otro se rebana en medallones y se reservan.
- 4.- El caldo de los machitos se mide en 4 tazas previamente colado o un litro que es lo mismo.
- 5.- En una cazuela se sofríe el arroz con la grasa con la cebolla y el ajo hasta que cambie un poco el color y el arroz se suelte. (en caso de desear agregar el machito podemos incluirlo en este momento en trozos grandes).

- 6.- Se agrega el tomate y se deja cocer hasta que cambia de color ligeramente.
- 7.- Se agrega él caldo caliente con cuidado, cuando suelte el hervor se rectifica la sazón, es decir se prueba para verificar su esta correcto de sal.
- 8.- Luego las verduras, el chile, el cilantro y el comino se baja la temperatura y se tapa manteniéndolo tapado y no moverlo, hasta que él liquido se ha evaporado.
- 9.- Para servir se acompaña con un medallón de machito encima.

CONSEJOS

Puedes hacer una salsa de molcajete con chile piquín y llevarla a la mesa para servir este arroz.

Considera que este arroz podría ser un plato fuerte ya que el machito es proteína.





CALDILLO NORTEÑO

He perdido la memoria desde cuando conozco esta receta, en mis vagos recuerdos de infancia esta presente. En casa de mis abuelos la acompañaban con un pequeño molcajete con chile piquín reventado, un poco de jugo de limón y aceite de oliva. Esta receta es ideal para la época de otoño o invierno, la calidad de la carne seca es muy importante, yo uso la marca Doña Elcia que es elaborada por una familia en Villa de Santiago ya que me consta su procedencia. En cuanto al picante es decisión de cada persona la cantidad y variedad, como buena norteña que me considero uso chile piquín.

Una receta clásica, de gran sabor y elaboración muy sencilla.



- 1 paquete de carne seca en lámina y deshebrada a mano
- 3 tomates guaje asados y picados con piel y semillas
- 1/2 cebolla chica asada y picada
- 2 dientes de ajo asado y picado
- 1 chile serrano asado y picado (yo uso chile piquin martajado)
- 1 papa en cuadritos pequeños
- 2 litros de caldo de res
- 1 pizca de comino recién molido
- Cantidad necesaria de manteca de cerdo o aceite de maiz

PROCEDIMIENTO

- 1.- En una olla se calienta la grasa.
- 2.- Se agrega cebolla, ajo y chile y se mezcla
- 3.- Se agrega la carne y se dora MUY ligeramente
- 4.- Se agrega el caldo
- 5.- Se agrega la papa
- 6.- Cuando comieza a hervir se prueba para saber si vamos a agregar sal
- 7.- Se agrega una pizca de comino molido y se deja hervir hasta que la papa este suave.

CONSEJOS

Puede agregarse chile poblano asado y en cuadritos. Tambien puedes sustituir el caldo de res por caldo de pollo



LAS HOJARASCAS DE MIINFANCIA

El olor a manteca de cerdo esta en mi paladar y memoria gustativa, los cortadores con figuras de naipes en un rodillo metalico y que me permitían usar para cortar las hojarascas. Comerlas aun calientes a pesar de los regaños, imaginar que iba a emborracharme porque le ponian cerveza a la masa, cientos de hojarascas en navidad empacadas en cajas para regalar a la família y amigos. Esos son mis recuerdos de hace 40 años.



- 1 Kilos de harina.
- 1 Tazas de azúcar.
- 250 gramos de manteca de puerco.
- 250 gramos manteca vegetal.
- 1/4 botella de cerveza para amasar.

MEZCLA PARA ESPOLVOREAR

- 2 tazas de azúcar.
- 1/4 taza de canela molida.

CONSEJOS

Lo ideal es amasar a mano para ir sintiendo la consistencia de la masa, ir agregando poco a poco mantecas y cerveza es bueno ya que puede variar la cantidad en función de la humedad del ambiente.

PROCEDIMIENTO

- 1.- Se extiende la harina sobre la mesa y en el centro se hace un cráter para ahí poner las mantecas
- 2.- Revolverla muy bien a que quede incorporada se le agrega el azúcar y se amasa con la cerveza a juntar.
- 3.- Se extiende sobre la mesa enharinada para que no se pegue con rodillo al grueso deseado
- 4.- con un cortador de galletas de figuras al gusto se cortan las hojarascas
- 5.- Se meten al horno en laminas sin engrasar hasta dorar
- 6.- estando cocidas se revuelcan en una preparación de azúcar y canela molida.





MIS PROVEEDORES

Esto es solo una pequeña guía de ingredientes e insumos que uso comúnmente en mi cocina de casa, la comparto contigo, sin embargo si no vives en Monterrey trata de desarrollar la tuya explorando entre proveedores locales y pequeños comerciantes, la idea es #consumelocal #compralocal #disfrutalocal

CALIXTA

(81) 1212-4229

CARNE SECA DOÑA ELCIA

Laura Teresa Garza Leal (81) 1080-3627

CABRITOS

Adriana Rocha (81) 8255-6531 Gil Caballero (81) 8340-1024

FRUTERIA MORALES

Aurora Morales auromorales2004@yahoo.com.mx

HUECANI

Luisa Gonzalez Bulnes Luisa.gonzalez@huecanimexico.com

MI PUEBLO MÁGICO

Rodrigo Somohano ventas@mipueblomagico.mx



FOTOGRAFÍA GASTRONÓMICA

Mikel Rendón Phoptography mikelrenphoto@hotmail.com

FOTOGRAFÍA DOCUMENTAL

Rafa Ibañez info@rafaibanez.com

FOTOGRAFÍA RETRATO

Josué Castro josuecastro.latentacion@gmail.com

DISEÑO

Memo Camacho memo.camacho@gmail.com

E-COMMERCE | WEB

Faw Studio chava@faw.studio | david@faw.studio

SOCIAL MEDIA

Valentina Salazar salazar.valentina@gmail.com

COCINA

Pilar Hernández mhernandezsagahon@gmail.com

Tania Barraza chef.tania@hotmail.com

UNA PUBLICACIÓN DE



EDITADO Y PUBLICADO EN NOVIEMBRE DE 2017