

POR EDNA ALANÍS

BRUNCH

de domingo





EDNA ALANÍS

La chef Edna Alanis siempre se ha distinguido por celebrar momentos.

Su mesa de casa y su mesa profesional se caracterizan por hacer de la gastronomía una fiesta. Con 19 años de experiencia académica se lanza en un nuevo reto con su plataforma digital que incluye estos recetarios, videos instruccionales y tutoriales.

Es creadora de la marca GastroBureau que complementa y hace un balance entre las nuevas tecnologías y un espacio físico donde las actividades presenciales son múltiples y de gran calidad.

Siempre ha ido a la vanguardia cuidando las tradiciones e ingredientes. Su pasión por comunicar la gastronomía la ha convertido en un referente.

ÍNDICE



HUEVOS BENEDICTINOS
P. 05



CROQUE MONSIEUR / MADAME
P. 10



TARTA DE REQUESÓN Y TOMATE
P. 14



SHAKSHUKA
P. 18



LASAGNA DE CREPAS CON FLOR
DE CALABAZA
P. 23



VASO DE FRUTA AMARILLA
CON ROMERO Y HOJALDRE
P. 27





HUEVOS BENEDICTINOS

Alrededor del año 1894 Lemuel Benedict acostumbraba almorzar en el famoso Waldorf Astoria en Nueva York, y un día para minimizar los efectos de la resaca pidió “buttered toast, poached eggs, crisp bacon and a hooker of hollandaise” (pan tostado con mantequilla y tocino, huevos escalfados y salsa holandesa). Oscar Tschirky, el maître d’hôtel y conocido como el legendario “Oscar of the Waldorf”, se impresionó por la petición y pronto lo incluyó en el menú de desayuno, pero sustituyó la tostada por el English Muffin. Así es como inicia este legendario plato ideal para el almuerzo de fin de semana.



INGREDIENTES PARA LA SALSA

- 3 yemas de huevo.
- 125 gms. de mantequilla.
- 1 jugo de limón.
- 2 o 3 cucharadas de agua fría .
- c/s sal.
- c/s pimienta negra recién molida.

INGREDIENTES GENERALES

- 1 litro de agua.
- 2 cucharadas de vinagre blanco.
- 4 huevos.
- 2 english muffin.
- c/s de mantequilla.
- 8 rebandas de lomo canadiense.
- c/s sal.
- c/s pimienta negra recién molida.

PROCEDIMIENTO PARA SALSA

1. Fundir y clarificar la mantequilla, reservar.
2. Poner un bowl a baño maría, añadir las yemas junto con el agua.
3. Batir hasta obtener una mezcla homogénea y esponjosa.
4. Evitando que se caliente demasiado, ir agregando la mantequilla clarificada.
5. Ligar una salsa espesa.
6. Salpimentar y agregar unas gotas de limón.
7. Mantener en un lugar tibio.



PROCEDIMIENTO

1. Calentar el agua a 80° C y verter el vinagre.
 2. Girar el agua haciendo un remolino.
- Romper un huevo y verter al centro de la olla.
3. Dejar que se cuezan 4 minutos. Retirarlos con una espumadera.
 4. Abrir el pan, untarlos con mantequilla y tostar.
 5. Dorar las rebanadas de lomo canadiense.
 6. Poner el jamón sobre el pan y encima los huevos escalfado.
 7. Bañar con salsa holandesa.
 8. Terminar con pimienta negra recién molida.
 9. Servir.

Huevos
Benedictinos.







CROQUE MADAME/ MONSIEUR

Estos platillos forman una pareja formidable, ambos de la cocina clásica francesa, constan de un sandwich de jamon y queso gratinados, sin embargo el madame se corona con un huevo frito por encima. En mi caso salivo cada vez que pienso en ellos, la cremosidad de la salsa y usar un queso de muy buena calidad hace del almuerzo dominical una poesía.



INGREDIENTES

- 25 gramos de harina.
- 25 gramos de mantequilla.
- 500 ml. de leche.
- 65 gramos de queso gruyere rallado.
- 1 yema de huevo.
- c/s de sal.
- c/s de pimienta blanca.
- Pan de caja 8 rebanadas.
- Mantequilla c/s.
- 8 rebandas de jamón.
- 2 cucharaditas de mostaza antigua (opcional).

PROCEDIMIENTO PARA LA SALSA

1. En una olla calentar la mantequilla
2. Agregar toda la harina de golpe y freír a fuego medio hasta que comience a soltar su aroma a harina cocida (estilo a pan). No debe dorar.
3. Verter la leche en tres partes iguales, moviendo constantemente con un batidor de globo después de vaciar y así, evitar que se formen grumos.
4. Una vez que haya hervido bajar el fuego e incorporar el queso.
5. Con ayuda de un cucharón, vaciar un poco de mezcla en el recipiente donde tenemos la yema de huevo y mezclarla, luego vaciar todo a la salsa y continuar batiendo para ligarla.
6. Sazonar con sal y pimienta.



PROCEDIMIENTO PARA FORMAR EL CROQUE MADAME

1. Untar las rebanadas de pan de caja con la mantequilla..Tostar.
2. Dorar ligeramente las rebanadas de jamón sobre la plancha.
3. Hacer el huevo frito.
4. Sobre una rebanada de pan untar salsa mornay, colocar queso y dos rebanada de jamón.
5. Cubrir con otra rebanada de pan, untar salsa mornay.
6. Colocar el huevo frito y cubrir con queso.
7. Hornear para gratinar.

Rendimiento: 4 ordenes

CONSEJO

Se puede servir acompañado de papas fritas o un poco de ensalada.

Croque Madame.





SHAKSHUKA

¡De mis platillos favoritos! Conocí el Shakshuka en uno de los restaurantes del chef Guillermo González Beristain y quedé fascinada, a partir de ahí me puse a investigar y descubrí todo un mundo de opciones alrededor de este plato originario de medio oriente, en algunos lugares lo sirven con yogurt o jocoque. En fin te invito a que te atrevas a cocinar algo diferente, estoy segura que el resultado será como en mi caso, será uno de tus favoritos tambien. La salsa la puedes usar para muchas otras cosas, con pan, acompañando un pescado o con pasta.



INGREDIENTES

- 2 cucharadas de aceite de oliva.
- 1 pieza de cebolla amarilla finamente picada.
- 1 pieza de pimiento rojo grande picado sin semillas ni venas.
- 1 pieza chile jalapeño picado sin semillas ni venas .
- 4 dientes de ajo finamente picados.
- 1 cucharadita de comino molido.
- 1 cucharadita de paprika.
- 2 latas de tomates en cubos.
- 3/4 cucharadita sal.
- 1/4 cucharadita de pimienta recién quebrada.
- 5 huevos.
- 3 cucharadas de cilantro fresco picado tosco.



PROCEDIMIENTO

1. En un sartén de preferencia de acero calentar el aceite de oliva.
2. Agregar cebolla, pimienta y jalapeño y cocinar hasta que la cebolla esté transparente.
3. Agregar ajo, comino, paprika y seguir cocinando por 1 minuto más para integrar.
4. Agregar los tomates, sal, pimienta y reducir el fuego, cocinar hasta que se haga una salsa espesa, aproximadamente 15 minutos.
5. Hacer unos huecos en el sartén y cascar los huevos de uno en uno cuidando de no derramar.
6. Puedes continuar cocinando en el fuego o llevarlo al horno previamente caliente hasta que la cocción de la yema sea de tu agrado.
7. Servir con cilantro fresco encima y acompañar de rebanadas de pan que puede ser pita, sourdough o baguette.

Shakshuka.





TARTA DE REQUESÓN Y TOMATE

Es en estos momentos donde necesito más tiempo es cuando recurro a esta receta. Una tarta de tomate fácil con hojaldre servida con una cucharada de mostaza francesa Dijon y hojas frescas de albahaca.

Es fácil de armar y los ingredientes son fáciles de encontrar si no están ya en la despensa. Se requiere una preparación mínima y es perfecta para casi todas las comidas. Un almuerzo fácil de llevar, una cena rápida con una ensalada ligera en el jardín. Sobre todo, la tarta es perfecta, ya sea caliente o fría. El beneficio es que la receta se puede adaptar fácilmente con las estaciones usando varios vegetales. Berenjena, cebolla caramelizada o rodajas de manzana para una variación dulce.



INGREDIENTES

- 500 gramos de masa de hojaldre.
- 50 gramos de harina para extender la masa.
- 250 gramos de tomates miniatura rebanados grueso.
- Sal y pimienta recién quebrada.
- 2 cucharadas de aceite de oliva de buena calidad.
- 250 gramos de requesón o ricotta.
- 1 huevo.
- Albahaca morada o verde.

PROCEDIMIENTO

1. Precaliente el horno a 180oC (350oF).
2. El tomate ya rebanado agrega un poco de aceite de oliva, sal y pimienta y colócalo en una charola y hornea hasta que estén rostizados cuidando que no se hagan muy negros o demasiado cocidos.
3. En una superficie previamente limpia y espolvoreada con harina comienza a extender la masa hasta el grosor deseado.
4. Transfiere la masa al molde de la tarta, no es necesario engrasar ya que el hojaldre contiene suficiente mantequilla.
5. Con ayuda de un tenedor pincha suavemente el fondo para que al hornearse no se esponje demasiado.
6. En una batidora o procesador mezcla el queso con el huevo y reserva.
7. Vacía la mezcla de queso en el fondo del molde y sobre la masa.
8. Vacía los tomates y acomodalos que no queden muy empalmados.
9. Hornea hasta cuajar y que la masa esté dorada y cocida.
10. Reposa la tarta antes de rebanar.
11. Sirve con mostaza y hojas de albahaca.



Tarta de requesón
y tomate.







LASAGNA DE CREPAS

CON FLOR DE CALABAZA

Esta receta es un gran recurso cuando tienes un poco de prisa, puedes hacer las crepas en casa con la receta que te comparto o puedes comprarlas ya hechas. Y del relleno ni hablar, tantas opciones como tu imaginación vuele. A mi me fascina este relleno que lo uso no solo para crepas, lo uso para rellenas raviolos, hacer sandwiches y mas.



INGREDIENTES CREPAS

- 50 gms. de mantequilla derretida.
- 6 huevos.
- 3/4 taza de harina cernida.
- 1/2 taza de leche.
- 1/4 taza de cerveza.
- 20 gms. de mantequilla para el sartén.
- Sal al gusto.

PROCEDIMIENTO

1. Se licuan la mantequilla derretida, huevos, harina, leche, cerveza y sal
2. Se deja reposar la pasta una hora (o lo menos 30 minutos).
3. Las crepas se hacen en un sartén de preferencia de teflón, poniendo un poco de pasta con una cuchara y moviendo rápidamente la sartén en forma circular.
4. Se deja 2 segundos, se voltea se deja 2 segundos más y se sacan (deben quedar delgaditas).
5. La sartén se engrasa de vez en cuando con mantequilla.



INGREDIENTES RELLENO

- 30 gms. de mantequilla.
- 1/4 de pieza de cebolla blanca picada.
- 1/2 pieza de chile serrano.
- 1/2 pieza de zanahoria rallada.
- 1/2 pieza de calabaza larga.
- 1 diente de ajo.
- 280 gms. drenados de flor de calabaza.
- 1/2 lata pequeña de elote en lata.
- 125 gms. de queso crema.
- 200 gms. de queso ricotta o requesón.
- 1/2 cucharada de epazote picado.
- c/s de sal.
- c/s de pimienta negra.

PROCEDIMIENTO

1. Freír la cebolla en mantequilla hasta acitronar.
2. Agregar zanahoria, calabaza y el chile serrano. Saltear por unos minutos.
3. Agregar el ajo picado y saltear un minuto más.
4. Añadir la flor de calabaza y el elote y cocinar por dos minutos más.
5. Retirar del fuego y bajar la temperatura.
6. Mezclar con el resto los ingredientes.
7. Rectificar la sazón.
8. Mantener en refrigeración hasta usar.

Lasagna
de crepas.





VASOS DE FRUTA AMARILLA

CON ROMERO Y HOJALDRE

Si tienes un brunch en casa o estás preparando algún evento por la mañana en vez de servir el típico plato o vaso de frutas te recomiendo esta receta que además de deliciosa tiene una vista muy agradable ya que la sirvo en vaso transparente y un poco de hojaldre. Hay muchas formas de presentar o preparar la fruta y esta es una de ellas, atrévete a salir de lo cotidiano.



INGREDIENTES CREPAS

- 50 gramos de azúcar refinada.
- 6 ramitas pequeñas de romero fresco.
- 3 duraznos maduros.
- 3 duraznos peras.
- 3 albaricoques.
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 6 discos de hojaldre de 2 cm de diámetro más grandes que el vidrio y 2 mm de espesor.
- 1 huevo.
- 2 pizcas de flor de sal.
- 8 pizcas de pimienta recién quebrada.

PROCEDIMIENTO

1. Lave el romero y reserve seis hebras.
2. Derrite el azúcar en una cacerola hasta obtener un caramelo ámbar oscuro.
3. Agregue seis hojas picadas de romero a la sartén y vierta el caramelo en papel siliconado. Dejar enfriar, luego triturar hasta hacer polvo.
4. En una olla poner a hervir un gran volumen de agua y además preparar un tazón grande de agua fresca con hielos.
5. En la parte de abajo de la fruta corte o haga una incisión en forma de cruz.
6. Sumergir unos segundos en agua hirviendo, luego en agua fría.
7. Quitarles la piel. Corte los duraznos en ocho cuartos y los albaricoques y peras en seis.
8. En un tazón grande, mezcle suavemente la fruta, aceite de oliva, flor de sal y pimienta.
9. Arregle las frutas en los vasos de forma aleatoria, teniendo cuidado de no ensuciar el vaso.
10. Agregue polvo con caramelo triturado.
11. Agregue una ramita de romero por vaso.
12. Unte ligeramente con agua los bordes de los discos de hojaldre.
13. Cubra los vasos y presione suavemente para pegar la masa en las paredes.
14. Reserva en refrigeración por 30 minutos.
15. Barniza la masa de huevo batido.
16. Reserve nuevamente en el refrigerador hasta que esté listo para cocinar.
17. Precaliente su horno a 180o C. Barniza la masa de huevo batido por última vez para obtener un bonito color ámbar.
18. Coloque los vasos en el fondo del horno durante 10 a 12 minutos hasta que el hojaldre se cocine y adquiera un color ámbar.
19. Te recomiendo que prepares estos vasos con los que has luchado de antemano y los cocines en el último momento. Manténlos en la nevera.

Vasos de fruta
amarilla con romero
y hojaldre.





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**

NUANCES HANDCRAFTED-WOODWORKS

TABLAS DE MADERA

nuanceswoodwork@gmail.com

CALIXTA QUERIDA CERÁMICA

LOZA

hola@queridaceramica.com

MICROFARMS MONTERREY

FLORES COMESTIBLES

microfarmsmty@gmail.com

HUMO Y SAL

CHARCUTERÍA

hola@humoysal.com

MI PUEBLO MAGICO

LÁCTEOS

ventas@mipueblomagico.mx

FRUTERIA MORALES

FRUTAS Y VERDURAS

auromorales2004@yahoo.com.mx

CARÉM CREPES

info@naturem.com.mx

Créditos



FOTOGRAFÍA GASTRONÓMICA

Mikel Rendón Phoptography
mikelrenphoto@hotmail.com

DISEÑO

Memo Camacho
memo.camacho@gmail.com

E-COMMERCE | WEB

Joy Brands
ross@joybrands.mx

UNA PUBLICACIÓN DE

GASTRO[®] BUREAU

EDITADO Y PUBLICADO
EN ENERO 2020

PLAZA 404 /
AV. GÓMEZ MORÍN,
SAN PEDRO GARZA GARCÍA, NL.

HOLA@GASTROBUREAU.COM
TEL. (81) 8356.9218



@GASTROBUREAU