

Platillos Oaxaqueños

¿Cómo preparar platillos con carne molida?

- Colocamos al fuego una cazuela grande y añadimos dos cucharadas de aceite de oliva. Calentamos el aceite a media potencia y agregamos la cebolla pelada y cortada en juliana muy fina. Añadimos una pizca de sal.
- Cortamos en juliana el pimiento rojo y lo incorporamos a la cazuela. Agregamos también la zanahoria pelada y cortada en rodajas finas. Salteamos todo esto junto y agregamos la carne de ternera picada.
- Removemos todos los ingredientes de los platillos con carne molida y cuando la carne se dore incorporamos las alubias rojas cocidas. Salteamos todo y añadimos pimienta negra molida al gusto.
- Regamos la cazuela con el caldo de verduras y dejamos que se consuma a máxima potencia. Servimos los platillos con carne molida bien calientes y con un chorrito de aceite de oliva para potenciar el sabor.

Ingredientes para preparar platillos con carne molida

- 500 gr. de carne picada de ternera
- 2 tomates grandes
- 1 cebolla
- 300 gr. de alubias rojas cocidas
- 1 pimiento rojo
- 1 zanahoria
- 300 ml. de caldo de verdura
- Pimienta negra molida
- Aceite de oliva
- Sal

¿Cómo preparar salsa cruda?

- La salsa cruda, tan típica para acompañar un buen montón de platillos típicos de la gastronomía mexicana, puede presentarse en textura gruesa o fina. En ambos casos estará deliciosa.
- Para disfrutar de una rica salsa cruda de grano grueso, pelaremos los tomates y los cortaremos en cubitos. Los colocamos en un bol al que añadiremos los ajitos picados, el zumo de tomate y el cilantro.
- Incorporamos también los chiles picados, a los que previamente habremos retirado las semillas, y el azúcar. Espolvoreamos el comino molido y por último las cebolletas limpias y cortadas en rodajitas.
- Sazonamos la salsa cruda al gusto, removemos un poquito y tapamos. Guardamos en la nevera hasta el momento de ser utilizada. Si deseáis una salsa cruda fina sólo tendréis que triturar todos los ingredientes, al punto que más os guste.

Ingredientes para preparar salsa cruda

- 8 tomates maduritos
- 3 dientes de ajo
- 100 ml. de jugo de tomate
- 1 cucharada de cilantro fresco picado
- 3 chiles serranos
- 1/2 cucharadita de comino en polvo
- 1 pizca de azúcar

¿Cómo preparar pichones empapelados?

- Para empezar con la receta de los pichones empapelados, ponemos el agua indicada a hervir junto con un puñadito generoso de orégano, para que éste infusione durante unos 10 minutos.
- Mientras, vamos haciendo un sofrito en una cazuela con la cebolla y el ajo. A los 5 minutos añadimos el jitomate pelado y picado, y el jamón picadito. Rehogamos unos minutos. Luego, echamos el agua infundada con el orégano junto con un poco de perejil, pimienta, tomillo y algo de pimienta negra molida. Rectificamos de sal. Añadimos cuatro cucharadas de pan rallado, removemos, y pasamos la batidora por la cazuela hasta hacer un puré.
- Dejaremos cocer a fuego medio el puré que servirá de cobertura de los pichones empapelados, hasta que esté lo suficientemente espeso como una bechamel, que nos permita rebozar los pichones de forma que la pasta quede adherida a éstos.
- Hecho el puré para los pichones empapelados, por tanto, rebozaremos los pichones uno a uno y luego los pasaremos por pan rallado, huevo y pan rallado. Luego los envolveremos todos en papel de aluminio, los dispondremos en una fuente refractaria, y los meteremos en el horno precalentado a 190°C con un chorro de caldo de carne por encima durante aproximadamente media hora.
- Para servir los pichones empapelados, retirar el papel de aluminio de los pichones y acompañar de la salsa que sobró, junto con menestra, o cualquier otra cosa que os apetezca.

Ingredientes para preparar pichones empapelados

- 8 pichones bien limpios
- 3 jitomates
- 2 tazas de cebolla picada
- 2 dientes de ajo
- 5 lonchas de jamón
- Pan rallado
- 450 ml. de agua
- Caldo de carne
- Aceite de oliva
- Tomillo
- Cilantro
- Orégano
- Clavo * Huevo * Sal