

GRAN  
TRADICIÓN

EL COMIENDO A  
MÉXICO

RECOMIENDO A  
MÉXICO





# RECOMIENDO A MÉXICO

Celebrar a México, es celebrar sus raíces y tradiciones.  
Es celebrar la esencia de ser mexicano y que mejor  
que hacerlo a través de nuestra gastronomía.

México se distingue por una amplia variedad de  
deliciosos platillos que recorren a todo el país.

En nuestra primera edición de **Recomiendo a México**,  
te compartimos platillos típicos de 6 estados de la  
república ideales para una noche mexicana en familia.

Encuentra este contenido y más recetas tradicionales  
en todas nuestras plataformas digitales.

**¡CELEBREMOS A MÉXICO!**

# GRAN TRADICIÓN®



GRAN  
TRADICIÓN

RECOMIENDO A  
MÉXICO

Nuestra Gastronomía Mexicana

# GRAN TRADICIÓN®

Acompáñanos a recorrer el país y a conocer algunos de los platillos típicos tradicionales que representan a México.

**BAJA**

**CALIFORNIA**

**Tacos Estilo  
Ensenada**

**CHIHUAHUA**

**Burritos  
de Asada**

**NUEVO LEÓN**

**Tostada  
Siberiana**

**MICHOACÁN**

**Gorditas  
Michoacanas**

**PUEBLA**

**Chiles  
Rellenos**

**YUCATÁN**

**Huevo  
Motuleños**



# TOSTADA SIBERIANA





# TOSTADA SIBERIANA



Una receta originaria de **Monterrey** desde 1946. Su nombre se atribuye al nombre de la lonchería que creó este platillo. La tostada recuerda las enormes montañas de esta región.

TIEMPO: 30 minutos

DIFICULTAD: Fácil

5 PORCIONES

## INGREDIENTES

- 10 tortillas de maíz grandes.
- 1 taza de aceite **Gran Tradición®**.
- 2 tazas de pechuga de pollo cocidas y desmenuzadas.
- Sal al gusto.
- Crema ácida.

### Para el guacamole:

- 2 aguacates.
- 3 tomatillos licuados.
- El jugo de medio limón.
- 2 chiles serranos licuados.

### Para acompañar:

- Zanahorias y jalapeños en escabeche.



## PREPARACIÓN

- 1 En una sartén agrega el aceite **Gran Tradición®** y fríe las tortillas hasta que queden doradas y crujientes, déjalas escurriendo sobre una servilleta de papel.  
**Para el guacamole:**
- 2 Machaca todos los ingredientes hasta lograr una consistencia espesa, sazona con sal.
- 3 **Para preparar la tostada:**  
Coloca 2 cucharadas de guacamole sobre la tortilla, después 1/3 de taza de pollo y 2 cucharadas de crema ácida. Cubre con otra tostada
- 4 Acompaña con zanahorias encurtidas y chiles jalapeños.

## CONSEJO DE TRADICIÓN

Para un mejor sabor en el guacamole, agrega a la mezcla un poco del jugo de los chiles en vinagre.

# TACOS ESTILO ENSENADA





# TACOS ESTILO ENSENADA



Uno de los antojitos más populares de **Baja California** desde hace más de 60 años. Su ingrediente secreto es utilizar pescado fresco para un mejor sabor.

TIEMPO: 90 minutos

DIFICULTAD: Fácil

4 PORCIONES

## INGREDIENTES

- 12 tortillas de maíz.
  - 8 filetes de pescado cortados en tiras.
  - ½ taza de jugo de limón.
  - 1 taza de harina.
  - ¼ cucharadita de polvo para hornear.
  - 1 pizca de orégano .
  - 1 cucharada de mostaza .
  - 1 lata de cerveza de tu preferencia .
  - Aceite **Gran Tradición®**.
  - Sal y pimienta al gusto.
- Para acompañar:**
- Guacamole.
  - Col morada rayada.
  - Repollo rayado.
  - 1 jitomate cortado en cubos.
  - ¼ de cebolla picada.
  - ½ taza de mayonesa.
  - ½ taza de crema ácida.
  - Limones.



## ✱ PREPARACIÓN ✱

- 1 Marina los filetes de pescado con el juego de limón, cúbrelos con plástico autoadherible y refrigera durante una hora.
- 2 Mientras tanto, en un tazón agrega harina, polvo para hornear, orégano, mostaza, cerveza y una pizca de sal y pimienta. Mezcla hasta obtener una consistencia ligera y homogénea.
- 3 Después de la refrigeración de los filetes, escúrrelos y sumérgelos en la mezcla.
- 4 En una sartén previamente calentado con aceite **Gran Tradición®**, fríe cada uno de los pedazos de pescado hasta lograr un ligero tono dorado. Retíralos y colócalos sobre papel absorbente para quitarles el exceso de aceite.
- 5 Calienta las tortillas en un comal y prepara los tacos con los pescados fritos.
- 6 Acompaña los tacos con col rayada cruda en vinagreta, repollo, cebolla picada, guacamole y mayonesa o crema ácida.

## ✱ CONSEJO DE TRADICIÓN ✱

El pescado debe de estar previamente descongelado y escurrido, el exceso de humedad hará que se puedan llegar a deshacer, pues se ablanda muy rápido con la cocción.

# HUEVOS MOTULEÑOS

GRAN  
TRADICIÓN  
TU HISTORIA, TU SABOR  
100% Vegetal Comestible





# HUEVOS MOTULEÑOS



Un desayuno típico de Motul, **Yucatán**.  
Creado en 1921, su combinación de  
ingredientes permite que tenga un sabor  
único y distintivo de la región.

TIEMPO: 30 minutos

DIFICULTAD: Fácil

2 PORCIONES



## INGREDIENTES



- 4 huevos.
- 100 g de jamón.
- 100 g de queso manchego.
- 100 g de frijoles negros refritos.
- 4 tortillas de maíz.
- 4 tomates medianos maduros.
- 1 taza de agua.
- 1 cebolla pequeña picada.
- 50 g de chícharos cocidos.
- 1 chile habanero.
- ¼ taza de aceite **Gran Tradición®**.
- Sal al gusto.





## PREPARACIÓN

- 1 En una sartén, fríe en aceite **Gran Tradición**® las tortillas hasta dorarlas, déjalas escurriendo en un plato con servilleta de papel.
- 2 En el mismo sartén fríe el huevo.  
**Para la salsa de tomate:**
- 3 Corta los tomates en cuadrillos y saltea en una sartén con un poco de aceite **Gran Tradición**® hasta que se reduzcan, añade media cebolla finamente picada y un pedazo de chile habanero.  
**Para emplatar:**
- 4 Coloca 2 tortillas fritas, unta frijoles y los 2 huevos estrellados encima, añade sobre ellos el jamón, el queso cortado en cuadrillos, los chícharos y vierte encima la salsa de jitomate.

## CONSEJO DE TRADICIÓN

Antes de freír el huevo verifica que el aceite esté lo suficientemente caliente y que el huevo esté a temperatura ambiente; para evitar que se quede pegado y puedas manejarlo correctamente.

# GORDITAS MICHUACANAS





# GORDITAS MICHUACANAS



Las tradicionales Gorditas estilo **Michuacán** son únicas por su forma y tamaño, así como el tipo de freído profundo que se utilizan en su preparación.

**TIEMPO:** 40 minutos

**DIFICULTAD:** Media

**4 PORCIONES**

## INGREDIENTES

### Para las gorditas:

- 1 kilo de masa de maíz.
- 3 cucharadas de manteca de cerdo derretida.
- 1 cucharada de polvo para hornear.
- 2 cucharadas de harina.
- Suficiente de leche.
- Aceite **Gran Tradición®**.
- Sal al gusto.

### Para el relleno:

- ½ kilo de chicharrón prensado.
- 250 g de queso fresco rallado.

### Para acompañar:

- Lechuga romana, lavada y escurrida para servir.
- Salsa al gusto.



## ✱ PREPARACIÓN ✱

- 1 En un tazón coloca la masa, la manteca, el polvo para hornear, la harina y la sal. Con tus manos mezcla perfectamente, vierte la leche poco a poco y sigue amasando hasta obtener una masa suave y manejable, no debe quedar pegajosa. Cuando la masa esté lista cúbreala con un plástico y deja reposar por 10 minutos.
- 2 Toma una porción de masa del tamaño de un limón grande, con tus manos forma una bola, aplana ligeramente y haz un hueco en el centro colocando una porción de chicharrón. Vuelve a formarla bolita y con la ayuda de una prensa para tortillas presiona la bola a modo de que quede una gordita, dale la forma con tus manos.
- 3 En un sartén calienta el aceite **Gran Tradición**® y fríe cada una de las gorditas, cuando estén listas colócalas en papel absorbente y espera unos minutos para servir.
- 4 Ábrelas de un lado para acompañarlas con queso, lechuga y salsa al gusto.

## ✱ CONSEJO DE TRADICIÓN ✱

Para asegurar que el aceite está suficientemente caliente puedes arrojar una bolita de masa y si burbujea está listo. La temperatura adecuada ayudará a que la gordita absorba menos aceite.

# CHILES RELLENOS





# CHILES RELLENOS



Este platillo es la especialidad de la comida mexicana, con una historia de más de 200 años. Creado en un convento en **Puebla**, hoy en día se disfruta en todo el país.

**TIEMPO:** 60 minutos

**DIFICULTAD:** Fácil

**4 PORCIONES**

## INGREDIENTES

- 4 chiles poblanos asados, pelados y desvenados.
- 500 g de queso asadero.
- Para la salsa:**
  - 4 jitomates.
  - ¼ pieza de cebolla.
  - 1 diente de ajo.
  - 1 clavo de olor.
- Una rajita de canela.
- 2 pimientas negras.
- Para el capeado:**
  - 3 huevos separando la clara de la yema.
  - 1 taza de harina.
  - Aceite **Gran Tradición®**.





## PREPARACIÓN

- 1 Haz una abertura en un costado de los chiles y rellena con el queso, reserva.
- 2 Bate las claras a punto de turrón incorporando las yemas una por una y sigue batiendo.
- 3 Pasa los chiles por la harina y después por el huevo. En una sartén caliente aceite **Gran Tradición**® y fríe por ambos lados, déjalos escurriendo sobre un plato con servilleta de papel.
- 4 **Para la salsa:** Coloca los jitomates en una olla con agua y cocina hasta que estén cocidos, retira y licua con el ajo, la cebolla, el clavo, las pimientas y la canela.
- 5 Cuela la salsa y caliéntala en una olla con 2 cucharadas de aceite **Gran Tradición**®. Cocina por un par de minutos, sazona con el consomé de pollo en polvo.
- 6 **Para emplatar:** Sirve los chiles y báñalos con la salsa caliente, puedes acompañar con arroz rojo.

## CONSEJO DE TRADICIÓN

Pela y desvena los chiles con mayor facilidad guardándolos en una bolsa de plástico durante 20 minutos, posteriormente retira la piel con la ayuda de un trapo húmedo o un cuchillo.

# BURRITOS DE ASADA





# BURRITOS DE ASADA



Su historia se remonta desde la revolución mexicana y se caracteriza por su peculiar preparación sobre una tortilla de gran tamaño.

Su nombre se debe por el vendedor que recorría las calles de **Chihuahua** en un burro.

TIEMPO: 40 minutos

DIFICULTAD: Media

4 PORCIONES

## INGREDIENTES

- ½ kilo de bistec de res cortado en cuadros.
- 200 g de tocino cortado en cuadros.
- 1 cebolla rebanada en julianas.
- 1 pimiento cortado en cuadros.
- 4 tortillas de harina grandes.
- 3 cucharadas de aceite **Gran Tradición®**.
- 1 taza de frijoles refritos.
- 1 taza de queso manchego rallado.
- 1 aguacate cortado en rebanadas.
- Pizca de sal.
- Pizca de pimienta.



## ✧ PREPARACIÓN ✧

- 1 Calienta en una sartén el aceite **Gran Tradición**® y fríe la cebolla, cuando esté transparente agrega el pimiento y cocina por 3 minutos.
  - 2 Posteriormente añade el tocino y el bistec de res, sazona a tu gusto con la sal y la pimienta. Cocina hasta que la carne quede bien cocida.
- Para emplatar:**
- 3 Calienta las tortillas de harina, unta con los frijoles y coloca encima la carne asada, el queso manchego y el aguacate. Cierra la tortilla y deja calentar ligeramente el burrito.

## ✧ CONSEJO DE TRADICIÓN ✧

Te recomendamos cerrar los burritos doblando las orillas y envolverlos en papel aluminio para mantenerlos caliente por más tiempo, esto también ayudará a evitar que se endurezca la tortilla.

# GRAN TRADICIÓN<sup>®</sup>

## Utensilios tradicionales en la cocina mexicana

Son parte de nuestra herencia gastronómica y muy útiles para tus recetas familiares.

### TORTILLERA



Ayudan a darle una forma circular a las tortillas. Aunque las cocineras más experimentadas prefieren utilizar solo sus manos.

### MOLCAJETE



Son de piedra volcánica y se utiliza para machacar ingredientes de salsas y moles.

### MOLINILLO



Por su forma peculiar ayuda a lograr una mejor consistencia en bebidas calientes como chocolate, atole o champurrado.

### COMAL



Se utilizan para cocer, tostar y asar. Los comales tradicionales eran de barro, pero actualmente son de metal.

### OLLA DE BARRO



Son muy antiguos y gracias a sus propiedades se utiliza para hervir, cocinar y calentar alimentos y bebidas.

### POCILLO



Está fabricada en peltre y es muy tradicional en la cocina mexicana por sus diferentes usos.



# GRAN TRADICIÓN<sup>®</sup>

TU HISTORIA, TU SAZÓN.<sup>®</sup>



- \* **Conserva la sazón familiar.**
- \* **Realza el sabor de los alimentos.**
- \* **Garantiza la calidad gracias a su selección de semillas de soya y canola.**



**¡QUÉ BIEN TE QUEDÓ!**

PREPARACIÓN *core*

**GRAN  
TRADICIÓN**

**Aceite Vegetal Comestible**



Descubre el son de Gran Tradición

