



RECEPTOLIBRO

MEKSIKA KUREJO

*LARREYES*

Chef Allan Yair Moreno Reyes

# Receptoj



## Astekan kukon

La faman meksikan lasgna



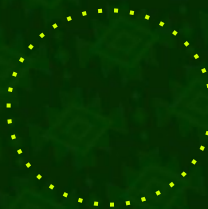
## Rompope

Meksikan trinkaĵon kreita en la kolonia epoko



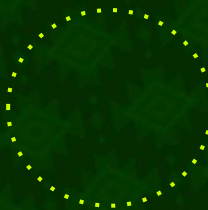
## Arroz a la mexicana

La plej uzita rizo por akompani manĝojn en Meksiko



## Dereligo

Memfarita pladon kun tradicio



## Bongustetojn

Meksikajn tostadojn kreitaj de la kuiristino de grava prezidanto el Meksiko.

# Astekan kukon

## Ingrediencoj

- 355 mililitroj da lakto.
- 900 gramoj da faboj dispremitaj.
- 125 mililitroj da akvo
- 1 kulero da pulvora kokido koncentrita.
- 2 kokidaj brustoj.
- 2 chipotle kapsikojn marinitaj.
- 2 cepoj en duonluno.
- 1 verdan kapsikon.
- 12 maizaj omletoj.
- 1 tranĉaĵo da manĉaga fromaĝo.



# Preparado

1. Likvigu la lakton, la kokan buljonon, la verdan kapsikon, chipotles kaj cepon kaj miksu senĉese ĝis vi atingos kreman konsistencon.



Por la saŭco

1. Kuiru la bruston kun cepo kaj salo.
2. Disstrandu ĝin kaj miksu kun la dispremitaj faboj.
3. Fritu la omletojn por fari la bazon de la kuko.



Por la plenigo

1. En ujo metu omleton, tavolon da plenigaĵo, poste tavolon da manĉega fromaĝo ĝis la kuko havass la deziratan alton.
2. Metu ĝin en la fornon por 10 minutoj je 120 gradoj por grateni la fromaĝon kaj via plado estas preta.



Konstruu la kukon

# Meksikan rizon

## Ingrediencoj

- 1 taso da rizo
- 2 tasoj da buljono de legomo aŭ kokido
- 2 kuleretoj pulvora kokina buljono
- 1 unuo da karoto (hakita)
- 1 taso da pizoj
- 2 unuo da Tomato
- 1/2 unuo da cepo
- 1 najlo de ajlo



# Preparado

1. En bovlo kun bolanta akvo, trempu la rizon dum 10 minutoj.
2. Forigu la akvon kaj lasu ĝin sekigi dum 15 minutoj.
3. En pato kun iom da oleo, fritu la rizon ĝis ĝi estas helbruna.
4. Likvigu la tomaton, cepon kaj ajlon kun iom da akvo.
5. Aldonu la du tasojn da kokina buljono kaj la du kuleretojn da pulvora kokina buljono.
6. Kovru la paton ĝis la kokina buljono konsumiĝos per malmulta fajro.



Trempu



Fritu



Bolu

JAY REYES

# Rompope

## Ingrediencoj

- 250 mililitroj da Lakto
- 73 gramoj da Sukero
- 3 unuoj da ovoflavoj
- 5 mililitroj da Vanila esenco
- 50 mililitroj da Rumo aŭ alia alkoholo



# Preparado

1. En kaserolo varmigu la lakton kun duono de la sukero.
2. Miksu la ovoflavojn forte kaj rapide kun la vanila esenco kaj la alia duono de la sukero.
3. Verŝu iom da la varma lakto en la ovoflavojn kaj miksu ĝin. (**preparado 1**).
4. Aldonu **preparadon 1** al la restanta lakto (**preparado 2**).
5. Movu **preparadon 2** ĝis ĝi havas densan teksturon. Malvarmigu ĝin.
6. Kiam ĝi malvarmiĝas, aldonu la rumon aŭ alkoholon al la **preparado 2**.
7. Trinku ĝin tre malvarme.





# Historia Datumoj



La jenaj receptoj montritaj estis kreitaj el la kuiristino "Maria Acosta Vera", kiu estis unu el la kuiristinoj de meksika prezidanto Francisco I. Madero.



# Dereligo

## Ingrediencoj

- 300 gramoj da Bovaĵo en kubetoj.
- 300 gramoj da Porkaĵo en kubetoj.
- 2 tasoj da Boligita rizo.
- $\frac{1}{2}$  unuo da Cepo tranĉita fajne.
- 10 unuoj da Verda fabo tranĉita.
- 200 gramoj Boligita kikero.
- 15 unuoj da Mintfolioj.
- 50 mililitroj da Oleo.
- Sufiĉa kvanto da Salo.

# Preparado

1. En pato aldonu oleon kaj fritu la cepon kaj la ajlon.
2. Aldonu la bovaĵojn kaj la porkaĵon kaj kuiru.
3. Aldonu la tranĉitajn verdajn fabojn.
4. Aldonu la rizon kaj kikerojn.
5. Salu al via agrablo.

Ĝi povas esti servita kun fritita omletoj (tostada).



# Bongustetojn

## Ingrediencoj

- 200 gramoj da porkajo.
- 200 gramoj da cepo tranĉita fajne.
- 200 gramoj da verda aŭ ruĝa tomato tranĉita en kubetojn.
- 200 gramoj da karoto tranĉita en kubetojn.
- 50 gramoj da konservita chipotle kapsikn (nede vigaj)
- 50 mililitroj da oleo
- Saŭfiĉa kvanto da salo

# Preparado

1. Kuiru la bovaĵo kaj porkaĵo per vapore. disstrandu la viandon kaj rezervu.
2. En poto aldonu la oleon kaj fritu la cepon.
3. Aldoni la karotojn kaj kuiru.
4. Aldonu la tranĉitan tomaton kaj kuiru ĝis ĝi bolas dum 15 minutoj.
5. Aldoni la disstrandita viandon.
6. Salu al via agrablo.
7. Aldonu la chipotle-kapsikon (nedevisa)

Ĝi estas manĝata kun frititaj omletoj (tostada).





Dankegon!

