



Ruta las bellezas huastecas

Veracruz, Hidalgo, San Luis Potosí y Tamaulipas

ENTIDAD FEDERATIVA: VERACRUZ

CONCEPTO	INFORMACIÓN REQUERIDA
<p>Productos con Denominación de Origen</p>	<p>Café Veracruz Una de las bebidas más famosas en todo el mundo es el café. El clima de Veracruz hizo posible su fácil adaptación y producción, logrando así convertir a este grano como una de las principales fuentes de ingreso además de ser un eje rector para las dinámicas sociales de quienes lo producen. La calidad del café veracruzano es inigualable o única y en varias ocasiones ha sido galardonada a nivel internacional. Algunas regiones como Coatepec, Huatusco y Córdoba son reconocidas por su larga tradición cafetalera, sin embargo por diversas razones y desatenciones, ese reconocimiento no se ha consolidado a nivel internacional como lo han hecho los cafés colombianos, guatemaltecos, costarricenses, etíopes y kenianos, por mencionar algunos. En noviembre del 2000 se obtiene la Declaratoria de Protección General a la Denominación de Origen Café Veracruz, por el Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial (IMPI). Para octubre de 2001 se registra la Denominación de Origen Café Veracruz ante la Organización Mundial de la Propiedad Intelectual (OMPI), con Número de Registro 840. Cabe destacar que el café Veracruz cuenta con una norma oficial expedida en enero de 2002 Se (NOM-149-SCFI-2001).</p> <p>Vainilla de Papantla Esta orquídea era una planta sagrada para los totonacos de Papantla. Celebraban su polinización con la danza de los Voladores de Papantla. Los indígenas usaban las vainas de esta orquídea para aromatizar bebidas ofrecidas a los altos mandos, entre ellas el <i>xocoatl</i>. Durante muchos años, México fue el principal productor de vainilla, no porque no se hubiera intentado producir en otros países, sino porque esta orquídea es una flor hermafrodita, por lo tanto necesita del hombre o de algún <i>medio</i> para su reproducción. Cuando los franceses aprendieron a inseminar artificialmente las flores, en 1841, la producción de vainilla se popularizó y México dejó de ser el principal productor y exportador. Actualmente, el principal productor es Madagascar y el último es México. Parte de esta producción es comprada por Coca Cola Company para sus bebidas. Cabe destacar que son los franceses quienes han dejado el compendio más importante de técnicas y recetas que hoy son base de la pastelería y repostería clásica y contemporánea. A raíz de esto, México buscó su denominación de origen como medida de protección, sello de calidad y por su puesto también para fomentar el turismo en la región totonaca. El registro fue otorgado en octubre del 2009.</p>
<p>Productos de la región</p>	<p>Agricultura: chiltepín, chile gordo o huachinango, serrano, chile chipotle, chile verde o tabaquero, jalapeño, chile cera o manzano, cebolla, ajo, zanahorias, papa, yuca, chayote, jitomate, verdolagas, acelgas, epazote, quelites, hongos silvestres, col, habas, frijol negro de Veracruz, alberjón, nopales, flor e</p>

	<p>calabaza, limón, naranja, papaya, capulín, mango, plátano Tabasco, plátano macho, coco, piña, mamey, zapote negro,</p> <p>Pesca: huachinango, chucumite, mojarra, robalo, peto, pámpano, cazón, pejepuerco, jolote, langostinos, camarones, acociles, tegogolos, ostiones, almejas, cucaracha de mar, cangrejo, jaiba.</p> <p>Ganadería: pollo, res, cerdo, conejo, codorniz, gallina.</p> <p>Caza: venado, iguana, chango, liebre.</p>
Alimentos tradicionales y productores	<p>Café, vainilla, tamarindo azucarado, tamarindo enchilado, dulce de leche, mole en pasta, tostones, miel artesanal, frijol negro de Veracruz, chorizo, chiles güeros en escabeche, queso fresco.</p>
Comida típica	<p>Platillos salados: pescado en escabeche, pulpos en su tinta, pulpo encebollado, filete relleno, empanadas de camarón, pescaditos fritos, chilpachole, huachinango a la veracruzana, jaibas rellenas, mojarra al chile limón, empanadas de pulpo, camarones al ajillo, camarones al ajo, saragaya huasteca (robalo desmenuzado con chile color, aceitunas y alcaparras), cazuela de mariscos, langostinos al mojo de ajo, coctel de tegogolos, vuelve a la vida, coco relleno de mariscos, minilla de camarón, de cazón, de jaiba; pescado en hoja santa, frijoles con cangrejo, almejas a las brasas, caldo de camarón, molito de cangrejo, empanadas de pejepuerco, huatape de camarón, chucumite enchilpayado, piña de mariscos, camarones al coco, coctél de peto, pámpano al acuyo, cucaracha de mar frita, tegogolos a la mexicana, mojarra en escabeche, pilte de jolote (pescado de río envuelto con salsa roja), jolote al acuyo, camarones al acuyo, tapado de jolote, caldo de pescado. Sopa de hongos, lentejas con plátano macho, arroz blanco, picaditas, molotes, tostones (plátano macho frito). Carne enchilada, enchiladas, pipián, conejo al chiltepín, conejo en adobo seco, tortas de cueritos, timba-kei, tapado de pollo (estofado de pollo en caldillo de jitomate con aceitunas, almedras, pera, manzana y durazno; acompañado de plátano macho y chiles en vinagre), tezmole de pollo, (pollo en caldillo con chile serrano y guajillo, camarón seco y masa; acompañado de mayonesa y queso fresco), chileatole verde con chito, chileatole rojo con camarón, lengua (de res) almendrada, mondongo, chiles chipotles rellenos (con picadillo dulce de pasas, aceitunas, alcaparras, pollo, plátano macho, azúcar, jitomate), escabeche de cáscaras de chicharrón (“cáscaras” de chicharrón con zanahorias, cebolla, chile manzano, laurel, orégano y vinagre), barbacoa, huevos a la tecolotleña, arroz a la tumbada, tacos de quelites, frijoles con hojas de yuca, tortilla de yuca, caldo de cerdo, molote de plátano (puré de plátano macho relleno de queso fresco y frito), pascal. Salsa de hormiga chicatana, salsa veracruzana.</p> <p>Zacahuil, tamales rancheros, de frijol, de rajas, de camarón seco con calabaza, de camarón, de jaiba, de minilla, de elote, de cazuela, de cerdo, de yuca y tamales dulces.</p> <p>Panes: fruta de harina, fruta de horno, pan de huevo, conchas, buñuelos, chichimbres, encarceladas, galletas de requesón, pemoles (galletas con sal y azúcar), pemoles, rosca de zanahoria, marquesote, sopa pía (marquesote remojado en leche con huevo, azúcar, vainilla y almendras; cubierto con merengue y pasas), sopa borracha (marquesote envinado con almíbar de jerez cubierto de merengue y pasas), sopa de cielo (marquesote en capas cubiertos con dulce de almendras y pasas).</p>

	<p>Platillos dulces: chojol o zacahuil dulce, helado de vainilla, cocadas, dulce de papaya, de yuca, de capulín; alfajor, empanada de manjar de arroz, niño envuelto de coco, beso de duque (elaborado con pan y almíbar de jerez), bien me sabe, dulces de leche, tamarindos enchilados y azucarados. Mogo, naranjas rellenas de coco.</p> <p>Bebidas: popo (bebida espumosa de cacao), atole de teja (hecho con semilla de girasol), agrio, de coco, chole (atole similar al campurrado), agua de chilacayote, de plátano (que se pinta con colorante vegetal morado), de mago, de melón, de Jamaica, de horchata de coco, de almedra; café (con sus distintas variantes como el negro y el de olla, o bien, en las cafeterías se sirve capuchino, exprés y americano), cerveza de raíz.</p> <p>Bebidas espirituosas: licor de café, rompopo, tepache, té de zacate limón con un chorrito de acohol, licor de hierbas llamado Torito.</p>
Mercados	<p>Mercado Hidalgo Veracruz Centro, Ver.</p> <p>Tianguis de Boca del Río Días: jueves y domingos Boca del Río, Ver.</p> <p>Mercado bioregional de productos orgánicos Coatl Días: sábado de las 10:00 a las 15:00 horas Casa de la cultura Jiménez el Campillo, #4 Coatepec Centro, Ver.</p>
Festivales gastronómicos	<p>Feria del mago Celebrada durante el mes de mayo en Tecolutla.</p> <p>Feria de la caña Celebrada durante mayo en Saltabaranca, Tlacotalpan.</p> <p>Feria del café Celebrada ente los meses de mayo y junio en Coatepec.</p>
Recetas	<p>Minilla de pescado <u>Ingredientes</u> 1 kg de pámpano. 4 cucharadas de aceite. 2 cebollas picadas. 2 dientes de ajo picados. ½ kg de jitomates picados. 40 aceitunas picadas. 1 hoja de laurel. 4 pimientas gordas. 2 ramas de cilantro.</p>

Sal al gusto.

Chiles güeros al gusto.

Preparación

1. Cueza el pescado y desmenúcelo.
2. Fría la cebolla, el ajo y los jitomates. Incorpore el pescado las aceitunas, el laurel, la pimienta y el cilantro.
3. Deje al fuego por 15 minutos o hasta que los sabores estén incorporados. Sazone y retire del fuego.
4. Sirva caliente acompañados de chiles güeros.

Huachinango a la veracruzana

Ingredientes

1 ½ Kg de huachinango en filetes gruesos.

6 cucharadas de aceite de oliva.

2 dientes de ajo picados.

3 cebollas rebanadas.

4 jitomates grandes pelados y picados.

1 taza de caldo de pescado.

½ taza de aceitunas.

2 cucharadas de alcaparras.

6 chiles güeros.

Sal y pimienta al gusto.

Arroz blanco para acompañar.

Preparación

Salpimenté el pescado.

Fría el ajo, la cebolla y el jitomate. Agregue el caldo de pescado, las aceitunas, las alcaparras y los chiles.

Cuando dé el primer hervor, agregue el pescado. Sazone.

Una vez cocido el pescado, retire del fuego y sirva caliente acompañado de arroz blanco.

Arroz a tumbada

Ingredientes

3 tazas de arroz lavado y escurrido.

100 g de manteca.

1 l de agua.

1 cebolla mediana picada.

5 dientes de ajo picados.

5 jitomates.

750 g de camarón.

10 jaibas partida a la mitad, sin patas ni caparazón.
400 g de robalo cortado en trozos.
4 chiles jalapeños, limpios y cortados en rajas 4 jitomates picados.
3 ramas de cilantro.
Sal al gusto.

Preparación

1. Fría el arroz en la manteca.
2. Aparte, licue la cebolla, el ajo y los jitomates con el agua. Cuele.
3. Cuando el arroz esté dorado, escurra la grasa y agregue el caldillo. Mantenga en el fuego.
4. Pasados 5 minutos, incorpore el camarón, las jaibas y el robalo.
5. Una vez cocido el pescado y los mariscos, agregue el cilantro y sazone.
6. Deje al fuego 5 minutos y sirva caliente.

Mogo mogo

Ingredientes

4 plátanos machos maduros.
1 l de agua.
4 cucharadas de manteca.
200 g de azúcar.

Preparación

1. Cueza el plátano macho en el agua. Una vez cocido, haga un puré.
2. Fría en la manteca el puré. Agregue la azúcar y rectifique la sazón.

Nota: Este platillo se puede comer en el desayuno acompañado de una taza de café. Cabe mencionar que en Saltabarranca este platillo se hace con sal en lugar de azúcar, y se le conoce como machuco.

Horchata de coco

Ingredientes

½ kg de arroz.
½ l de agua para el remojo.
50 g de canela.
15 almendras peladas y tostadas.
½ coco fresco rallado.
1 kg de azúcar.
½ l de agua.
Hielo al gusto.

Preparación

1. Remoje el arroz con la canela durante una noche.
2. Al día siguiente, muele con el resto de los ingredientes. Cuele.

	3. Agregue el agua y el hielo. Sirva fría.
Historias, leyendas, mitos	<p>La Leyenda de La Vainilla</p> <p>Los totonacas emigraron de Teotihuacán y se asentaron en las costas de Veracruz. Allí construyeron el reino de Totonacapan.</p> <p>Los jefes de aquel señorío levantaron adoratorios a sus deidades, entre las que sobresalía Tonacayohua, que cuidaba la siembra, el pan, y los alimentos.</p> <p>En la cumbre de una de las más altas sierras cercanas a Papantla, tenía su templo Tonacayohua de cuyo aderezo y ritos estaban encargadas seis jóvenes pobres que desde niñas eran dedicadas especialmente a ella y que hacían voto de castidad de por vida.</p> <p>En tiempos del rey Tenitztlí, nació de una de sus esposas, una niña bellísima a la que llamaron Tzacopontziza que significa Lucero del Alba. Su padre la consagró al culto de la diosa para que ningún mortal se le acercara.</p> <p>Un joven príncipe llamado Zkatan-Oxga, el Joven Venado, se prendó de ella. Sabía que poner sus ojos en la doncella era sacrilegio penado con el degüello. Un día que Lucero del Alba salió del templo para recoger tortolitas y ofrendarlas a la diosa, su enamorado la raptó y huyó con ella a lo más abrupto de la montaña.</p> <p>De pronto se les apareció un espantable monstruo que los envolvió con oleadas de fuego y los obligó a retroceder. Al llegar al camino, ya los sacerdotes los esperaban airados y, príncipe y princesa fueron degollados de un solo tajo. Sus cuerpos, aún calientes fueron llevados hasta el adoratorio. Allí, tras extraerles los corazones, fueron arrojados en el altar de la diosa.</p> <p>En el lugar que se les sacrificó, la hierba menuda empezó a secarse, como si la sangre de las dos víctimas allí regada tuviera un maléfico influjo. Pocos meses después principió a brotar un arbusto, pero tan prodigiosamente, que en unos cuantos días se elevó varios palmos del suelo y se cubrió de espeso follaje.</p> <p>Cuando alcanzó su crecimiento total, comenzó a nacer junto a su tallo una orquídea trepadora. Una mañana se cubrió de mínimas flores y todo aquel sitio se inundó de aromas.</p> <p>Atraídos por tanto prodigio, los sacerdotes y el pueblo no dudaron ya de que la sangre de los dos príncipes se había transformado en un arbusto y orquídea. Y su pasmo subió de punto cuando las florecillas se convirtieron en largas y delgadas vainas, que al entrar en sazón, al madurarse, despedían un perfume todavía más penetrante, como si el alma inocente de Lucero del Alba se hubiera convertido en la fragancia más exquisita.</p> <p>La orquídea fue objeto de reverencioso culto; se le declaró planta sagrada y se elevó como ofrenda divina hasta los adoratorios totonacas.</p> <p>Así, de la sangre de una princesa, nació la vainilla que en totonaco es llamada Caxixanat (flor recóndita) y en azteca Tlixóchitl (flor negra).</p> <p>Chichimbre</p> <p>Este es considerado como uno de los panes tradicionales de la región huasteca, principalmente del</p>

	<p>Pánuco. El chichimbre es un pan elaborado por los griegos hace casi cinco mil años y según el mito, su peculiar característica es el jengibre como ingrediente esencial. A la llegada de los ingleses al Pánuco, se incorporó la versión de dicho pan griego, que por cierto, le llamaban los ingleses gingerbread; pero por la dificultad de pronunciar la palabra, los lugareños cambiaron el nombre a chichimbre. Aunado al cambio de nombre, también se sustituyó el jengibre por piloncillo, canela y clavo molido.</p>
<p>Rutas gastronómicas</p>	<p>Ruta de la Vainilla</p> <p>La Ruta de la Vainilla lleva por la región del Totonacapan a través de la historia, ubicación y características de la vainilla. Este recorrido incluye Papantla, Poza Rica, Cazonas, Gutierrez Zamora, Tecolutla, Nautla, Costa Esmeralda, san Rafael, Misantla y Tlapacoyan.</p>
<p>Fuentes</p>	<p>Bibliografía</p> <p>Burela Picazzo, José, <i>Así se come en Veracruz</i>, Veracruz, Vive México / Canirac, Veracruz, 2009. José de J. Nuñez y Dominguez, "La leyenda de la Vainilla", Folleto Festival Xanat.</p> <p>Internet</p> <p>www.mexico4travellers.com/vivemexico/, revisado el 8 de octubre de 2010.</p>

ENTIDAD FEDERATIVA: HIDALGO

CONCEPTO	INFORMACIÓN REQUERIDA
Productos con Denominación de Origen	-
Productos de la región	<p>En Hidalgo se identifican 9 regiones geográficas culturales con características alimentarias particulares: Huasteca, Sierra Alta, Sierra Baja, Sierra Gorda, Sierra de Tenango, Valle de Tulancingo, Altiplanicie Pulquera, Cuenca de México y Valle del Mezquital.</p> <p>Huasteca Se cultiva tabaco, caña de azúcar, cacao, frijol, coco de agua, piña, plátano, naranja, toronja, mandarina, limón, mamey, tamarindo, ciruela, zapote blanco, zapote negro, zapote amarillo y café.</p> <p>Sierra Alta Hay arbustos del tamaño de la parra silvestre o la zarzaparrilla, yerbas de olor o yerbas medicinales. Se siembra maíz, frijol, manzana, ciruela, y café. La neblina propicia semillas como el ají y el ajonjolí.</p> <p>Sierra Baja Aguacate, papa, chile, jitomate, chirimoya, plátano, mamey, mango criollo, cacahuate, nueces, caña de azúcar, plantas y árboles. Se obtienen tres y hasta cuatro cosechas de maíz al año.</p> <p>Sierra Gorda Se siembra maíz de temporal y se practica la recolección de bellotas y piñones. Suelen hallarse colonias de fresno, sauz, añil y nogal, además del árbol de higuerón.</p> <p>Sierra de Tenango Cebada, caña de azúcar, maíz, frijol, café, cereza, piloncillo, acachul y manzana.</p> <p>Valle de Tulancingo Maíz, frijol, trigo, alfalfa, cebada, haba y algunos frutales como manzana, capulín, membrillo, tejocote y pera.</p> <p>Altiplanicie Pulquera La altiplanicie pulquera o llanos de Apan se encuentra en un terreno alto y casi plano. Hay poca</p>

	<p>vegetación debido a la escasa lluvia que cae durante el año; los cultivos más comunes son la cebada y el maguey.</p> <p>La Cuenca de México Maíz, frijol, trigo y haba.</p> <p>Valle del Mezquital Maíz, frijol, trigo, tomate, jitomate, cebolla, avena, vid, olivo, tuna, tejocote, durazno, garambullo, acitrón, alfalfa y chile. Estos dos últimos productos constituyen un cuarto de la producción total del país.</p>
<p>Alimentos tradicionales y productores</p>	<p>Platillos salados</p> <p>Mixiotes: se presenta en porciones personales de carne de carnero, pollo o conejo cocinado en achote y envuelto en penca de maguey. Los municipios hidalguenses que preparan este platillo son Real del Monte, Actopan, Ajacuba, Apan y Mineral de la Reforma.</p> <p>Pastes: originarios de Real del Monte, Hidalgo.</p> <p>Tlacoyo de Alverjón: mezcla de maíz en forma ovalada que comúnmente se rellena de alverjón, papa, frijol y garbanzo. Se cuece al comal.</p> <p>Zacahuil: platillo de origen ritual de la Huasteca Hidalguense que también comparte tradición con el norte de Veracruz, el sur de Tamaulipas y San Luis Potosí. Los municipios hidalguenses que preparan el zacahuil son Huejutla, Molango, Calnali y Atlapexco.</p> <p>Bebidas espirituosas</p> <p>Aguamiel: la materia básica con la que se fabrica el pulque es el aguamiel. En Hidalgo numerosas haciendas experimentaron una bonanza derivada del cultivo de los magueyes para la extracción de aguamiel, aunque a partir de la década de 1930, dicha bebida fue desplazada por la masificación en el consumo de cerveza. En algunas regiones, el aguamiel es una bebida de consumo cotidiano que contiene gran cantidad de azúcares y proteínas, además se emplea en la elaboración de panes.</p> <p>Aguardiente de Caña: para hacer el aguardiente de caña, se fermenta la caña de azúcar en recipientes grandes para después ser destilado en un serpentín de evaporación. El proceso es lento y el destilado alcanza los 35°. Para hacer el aguardiente de sabores, se coloca la bebida en recipientes a vapor con los ingredientes naturales, tales como frutas o especies y azúcar. Así se obtiene el aguardiente de acachul, zarzamora, piña, higo, toronjil, café, almendra y canela, entre otros.</p> <p>Carnaval de Huichapan: bebida preparada con tequila, jugo de naranja, canela y azúcar.</p> <p>Vino tipo jerez (acachul): se realiza con una base de 70% de jugo de manzana para todos los sabores, hasta lograr su fermentación. Después se añaden las frutas naturales y azúcar. El más conocido es el de acachul, fruta originaria de Acaxochitlan, pequeña y parecida al capulín, que se da en la zona boscosa y fría del municipio. También se produce vino de mesa de manzana, membrillo, capulín, zarzamora y perón.</p>
<p>Comida típica</p>	<p>Platillos salados: zacahuil, pollo ranchero, pollo huasteco, cecina con enchiladas, chorizo, empanadas, bagre en papatla, ixpepech (tamal grande), barbacoa de carnero y de pollo, conejo en</p>

	<p>adobo, mixiotes de carnero y de puerco, carnitas de cerdo, quesadillas, nopales, mole rojo y verde, tamales, tlacoyos, quesadillas de diferentes rellenos, enchiladas, morelianas, tacos, sopas, quesos, mixiotes; escamoles, larva de hormigas, huevecillos blancos parecidos al arroz inflado que se extraen de los nidos sólo de marzo a abril, que tienen un sabor exquisito y un alto nivel de proteínas, (con ellos se hacen sopas, tamales, guisados compartidos con nopales, huevo o chile y abundan en el Valle del Mezquital); chinicuiles, pequeños gusanos rojos que salen debajo de las plantas de maguey después de las lluvias de otoño, que tiene proteínas y grasas semejantes en cantidad a las carnes frescas de uso común, y un sabor fuerte y que se usan para aderezar salsas o disfrutarlos como botanas se pueden comer en Singuilucan, Santiago de Anaya, Tasquillo, Tepeapulco y Mineral de la Reforma; ximbo, preparación que consta de carne de animales pequeños, en adobo de guajillo, a la que se le agregan nopales y se envuelve en las pencas del maguey para cocerla bajo la tierra (la carne más utilizada es la de pollo, pero también suele usarse la de paloma, tlacuache, zorrillo, ardilla o cacomiztle); gorditas, arroz, mole de guajolote, carnitas, barbacoa, consomé de carnero, tunas, quintoniles, romeros, quelites y fritanga (sangre de carnero frita revuelta con chile y cacahuates).</p> <p>Panes: pan de pulque, de queso y piloncillo, de nuez y de jalea real y galletas de maíz azucarada.</p> <p>Platillos Dulces: cocadas, alegrías, palanquetas de piloncillo y cacahuete, acitrones, piloncillo, conservas de frutas, xohol (masa endulzada con piloncillo, envuelto en hojas de plátano), charamuscas, cacahuete de la región, dulces de leche y pepita, higo, durazno y tejocote.</p> <p>Bebidas: aguas de frutas, caña, piña y melón, achocote (bebida preparada a base de maíz y piloncillo) y café.</p> <p>Bebidas espirituosas: tepache, pulque de diferentes sabores, aguardiente de caña y con manzana, y vinos de mesa.</p>
Mercados	<p>1° de mayo El mercado 1° de mayo, en Pachuca, fue el primer mercado que se estableció en el Estado. Fue incendiado durante la Revolución y reinaugurado el 1 de mayo de 1926.</p> <p>Barreteros Construido en 1925 y considerado una joya arquitectónica, el Mercado de Barreteros ofrece platillos representativos del estado, como la barbacoa, y diversas artesanías.</p> <p>Actopan El tianguis se monta todos los miércoles. Venden fruta, ferretería y ropa, además de ganado.</p> <p>Ajacuba y Tecmatlán El tianguis se instala los lunes. Vende recaudo, fruta, trastes, calzado, ropa, aparatos eléctricos, etcétera. En el municipio se produce pulque y se elaboran tinacales.</p> <p>Calnali El tianguis se pone los domingos. Venden tortillas hechas a mano y cocidas en comal de barro, frijoles de la olla y salsa de molcajete.</p> <p>Chapulhuacán</p>

	<p>Todos los domingos, en la plaza principal, se monta un tianguis. Venden víveres, tabaco, herramientas, dulces, quesos, frutas, verduras, granos, hortalizas, ganado, pollo y ropa entre otras cosas.</p> <p>Huichapan Los domingos, venden ropa, huaraches, rebosos, botas, verduras, frutas, escobetillas, jarros, barbacoa, consomé, menudo, pancita, carnitas y chicharrón.</p> <p>Jacala El tianguis se realiza todos los domingos, se venden productos agrícolas como aguacate, garbanzo, nuez, cacahuete y nopal.</p> <p>Cuesta Colorada El tianguis tiene lugar todos los viernes.</p> <p>Lolotla El tianguis o plaza de Lolotla se lleva a cabo los lunes en Ixtlahuaco y los viernes y sábados en la cabecera municipal. Venden naranja, lima, limón, durazno, manzana, plátano, mango, frijol negro y mono, chile seco y serrano, piloncillo, café, jitomate, cuatecomate (planta medicinal), huevo, ropa, huaraches, zapatos, animales, artículos de fierro, etcétera.</p> <p>Omitlán En Omitlán el tianguis es todos los domingos. Entre los productos más importantes están la carne fresca y la manzana.</p>
<p>Festivales gastronómicos</p>	<p>Fundación de Alfayucan Alfayucan, Hgo. Del 1 al 5 de noviembre En esta fecha se conmemora el aniversario de la fundación del municipio. En la feria se realizan actividades culturales, deportivas, artísticas gastronómicas y sociales.</p> <p>Feria del maguey y la cebada Apan, Hgo. Semana Santa. Venta de artículos de fibra de maguey, venta de pulque, alimentos y bebidas elaborados a base de cebada. Hay juegos mecánicos, venta de antojitos y bebidas.</p> <p>Fiesta del Patrono San Marcos Calnali, Hgo. Del 25 al 27 de abril. Torneos de gallos, carreras de caballos, encuentros deportivos, bailes típicos, programas culturales, juegos mecánicos, comida local y verbena popular.</p> <p>Fiesta de San Juan Bautista Huasca de Ocampo, Hgo. 24 de junio. Misas, charreadas, carreras de caballos, palo encebado, peleas de gallos, deportes, juegos pirotécnicos, bailes y venta de antojitos.</p> <p>Feria del Paste Mineral Monte, Hgo., segunda quincena de octubre. Más de 18 negocios dedicados a la producción y comercialización de paste, se unen para la realización de este evento, en el cual también se promueve a Real del Monte como "Pueblo Mágico".</p> <p>Feria de la Barbacoa</p>

	<p>Actopan, Hgo, primera quincena de julio. Se conmemora la fundación del municipio. Además de barbacoa, hay pulque, tauromaquia, charreadas, bailes populares, música en vivo, fuegos artificiales y juegos mecánicos.</p> <p>Actopan</p> <p>Actopan, Hgo., primera quincena de julio. Se conmemora la fundación del municipio. Además de barbacoa, hay pulque, tauromaquia, charreadas, bailes populares, música en vivo, fuegos artificiales y juegos mecánicos.</p> <p>Muestra gastronómica de Santiago de Anaya</p> <p>Concurso de recetas tradicionales de las poblaciones del Valle del Mezquital. Con el lema “todo lo que corra, camine o vuele, a la cazuela”, en esta muestra realizada a finales de marzo y principios de abril, se presentan platillos elaborados con flores de sábila, garambullo, palma, a lo cual se suman los nopales, quelites, que combinadas con la fauna silvestre como víboras, ardillas, palomas, tlacuaches, cacomiztles, zorrillos, chincoyotes, xa’ues, escamoles y chinicuiles.</p>
<p>Recetas</p>	<p>Pastes (Receta Original)</p> <p><u>Ingredientes</u></p> <p><i>Pasta.</i></p> <p>2 kg de harina de trigo. 1 kg de manteca. Agua, la necesaria. Sal al gusto.</p> <p><u>Preparación</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se coloca la harina sobre la mesa y se empieza a mezclar poco a poco con la manteca no derretida. 2. Después se agregan la sal y el agua. Se amasa, se extiende y se deja reposar y está lista para hacer las tortillas. 3. Se rellenan con los ingredientes, como una empanada; se doblan y se pegan los bordes y se colocan en la charola. 4. Se barnizan con yema de huevo batida con un poco de leche, y están listas para el horneado. <p>Pastes con pasta hojaldrada</p> <p><u>Ingredientes</u></p> <p>2 kg de harina de trigo. 2 kg de mantequilla. Agua, la necesaria. Sal al gusto.</p> <p><i>Para el relleno.</i></p> <p>1 kg de papa fresca.</p>

½ kg de carne molida de res.
Cebolla picada.
Perejil o poro picado.
Sal y pimienta negra al gusto.

Preparación

1. Después de amasar, se extiende con el rodillo, se doblan las esquinas hacia el centro.
2. Se repite esa operación por tres ocasiones y se deja reposar.
3. Se lavan las papas y se pican en cuadros pequeños.
4. Se mezcla con la carne y los demás ingredientes
5. Se rellenan las tortillas inmediatamente.

Zacahuil

Es un tamal de grandes dimensiones hecho con masa de maíz martajada mezclada con manteca de cerdo, chiles molidos, especias y sal. Se rellena con trozos grandes de carnes de res, cerdo o pollo y en ocasiones se agrega guajolote. La masa se envuelve en una gruesa cama de hojas de Papatla y se amarra con correas de la misma planta. Se cuece durante más de doce horas en un horno de barro. No en cualquier lugar se puede enrollar esta mezcla. Las familias que se dedican a la producción de este alimento construyen una especie de catre donde colocan las hojas para que la masa tome una forma cilíndrica luego de ser envuelta y apretada con lazos y alambres. Se venden en los mercados de las comunidades o en restaurantes huastecos. Un zacahuil normal pesa entre 30 y 40 kilos, dependiendo la zona, se puede hacer seco o atolado. Es suficiente para hasta 100 porciones.

Mixiote hidalguense

Ingredientes

6 piezas de pollo.
6 nopales.
2 cebollas rebanadas.
3 jitomates picados.
300 g de habas tiernas.
300 g de chícharos cocidos.
6 hojas de epazote.
Chile piquín.
Sal al gusto.
6 hojas de mixiote (pencas de maguey).
Hilo cáñamo.

Preparación

1. Lavar las hojas de mixiote y remojarlas en agua tibia hasta que estén blandas. Dejar escurrir.
2. Picar los nopales y las habas peladas.
3. Poner una pieza de pollo en cada hoja de mixiote, un poco de jitomate, una rebanada de cebolla,

	<p>nopales, habas, chícharos, una hojita de epazote, chile piquín y sal.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Formar una bolsa y atarla con el hilo cáñamo. 5. Ponerla a cocer en una vaporera durante 1 ½ hora. Es importante que la vaporera nunca se quede sin agua.
Historias, leyendas, mitos	<p>Leyenda del aguamiel Xochitl, hija de Papatzin,.0. descubrió la miel prieta de aguamiel y se la entregó al rey Tecpactcantin. Ellos tuvieron un hijo, Mecometzin (hijo del maguey) quien sería el penúltimo rey tolteca.</p>
Rutas gastronómicas	-
Fuentes	<p>Bibliografía Yesenia Peña y Lilia Hernández, <i>Olores y sabores de la cocina hñāñü</i>, INAH, México, 2009.</p> <p>Internet www.mexico desconocido.com.mx/interior/in dex.php?p=nota&idNota=167 www.e-local.gob.mx/work/.../hidalgo/.../13039a.htm www.elclima.com.mx/conoce_mineral_del_monte_hidalgo.htm www.visitmexico.com/wb/.../Visi_real_del_monte http://www.3puntotres.com/Pub/0904A/Rin-Tianguistengo0904A.php http://sopaeditorial.blogspot.com/2008/02/huasca-pueblo-mgico.html http://huautlarinconcitohuasteco.blogspot.com/ http:// de-espacio.spaces.live.com/ default.aspx?sa=868224028 http://www.hidalguia.com.mx/huichapan/costumbres.htm http://www.3puntotres.com/Pub/0904A/Rin-Tianguistengo0904A.php http://www.tulancingo.gob.mx http://www.mexico desconocido.com.mx/interior/in dex.php?idNota=226&p=nota http://sopaeditorial.blogspot.com/2008/02/huasca-pueblo-mgico.html http://de-espacio.spaces.live.com/ default.aspx?sa=868224028 http://www.hidalguia.com.mx/huichapan/costumbres.htm www.mixquiahuala.hidalgo.gob.mx/</p>

ENTIDAD FEDERATIVA: SAN LUIS POTOSÍ

CONCEPTO	INFORMACIÓN REQUERIDA
<p>Productos con Denominación de Origen</p>	<p>Mezcal La palabra mezcal proviene del náhuatl <i>metlixcalli</i> o <i>metl</i> (palabra general para agaves) e <i>ixcalli</i> (que significa cocido al horno). Entre las culturas prehispánicas se aprovechaban los jugos fermentados del agave con finalidades rituales y medicinales. Los españoles introdujeron alambiques de destilación (de origen árabe). Así nació la industria del mezcal, que resumía conocimientos y prácticas tanto prehispánicas como europeas. Actualmente, esta bebida tiene Denominación de Origen en los estados de Oaxaca, Guerrero, Durango, Zacatecas, Guanajuato, Tamaulipas y San Luis Potosí. En el ejido Miguel Hidalgo (también conocido como laguna seca), en el municipio de Charcas, S.L.P., donde se estableció hace aproximadamente 400 años el convento de las carmelitas, al ver la gran riqueza natural del agave silvestre, se construyó la fábrica de mezcal que tiene 150 mts. de largo, 3 desniveles para poder transportar las mieles por gravedad, sin necesidad de motores eléctricos o bombas: se produce de la misma manera tradicional desde entonces hasta hoy.</p>
<p>Productos de la región</p>	<p>Agricultura: maíz, frijol, alfalfa, sorgo y cebada, jitomate, chile seco y cebolla; para el mercado nacional jitomate, chile y alfalfa; nopalito de nopal tapón (<i>Opuntia robusta Wendl</i>), recolectado principalmente en los estados de San Luis Potosí y Zacatecas para ser desespinado y empacado en arpilleras para concurrir a los mercados de las ciudades más importantes de la región y sobre todo, para llevarlo a las fábricas de la Cd. de San Luis Potosí (La Costeña, Doña María-Herdez, y Coronado) que lo procesan, lo envasan y lo exportan a E.U.A., Canadá y Europa; nopal cambray (son penquitas muy tiernas, obtenidas gracias a la creación de variedades de nopal cultivadas específicamente para ese fin, no tiene espinas y se le llama también nopal manso); Biznaga colorada (flores jóvenes usadas para guisos o para curtirlas en vinagre, se les denomina <i>cabuches</i>) y tallos (se procesan para elaborar los dulces de biznaga); yuca (del que se come mucho el palmito o corazón); mezquite (fruto semileñoso); Garambullo (pequeña fruta del arbusto de la familia de las cactáceas que lleva el mismo nombre, esférica y morada muy oscura, de sabor dulce y de divertido placer a la hora de pizcarla); pitahaya; tuna (roja, blanca, amarilla, anaranjada, morada...).</p> <p>Ganadería: ganado bovino, destinado para la producción de leche, de carne y para el trabajo; ganado porcino; ganado ovino; ganado caprino; ganado equino.</p> <p>Crianza: aves de corral para carne y huevo; abejas y colmenas para la producción de miel.</p>
<p>Alimentos tradicionales y productores</p>	<p>Embutidos: chorizo, longaniza, chicharrón prensado. Quesos: queso ranchero, queso saltierra, queso de cabra, queso fresco, queso panela y requesón. Moles: mole rojo y pipián</p>

	<p>Panadería: panecitos de pulque y campechanas.</p> <p>Dulcería: ates, cajeta de leche de cabra, camote, charamuscas (dulces curtidos de azúcar), cocadas, dulce de dátíl con nuez, garapiñados de cacahuete, nuez, semilla de calabaza, almendra, entre otros; jamoncillos, mazapanes de nuez, almendra y cacahuete, mermelada de tuna y garambullo, natillas, nogate en rollo, nuez encanelada, obleas, palanquetas (de pepita de calabaza, almendra, nuez, cacahuete, ajonjolí), queso de higo, queso de leche con nuez, piñón o almendra (se hacen especialmente en las festividades de navidad), queso de tuna, rollo de guayaba relleno de cajeta y nuez.</p> <p>Conservas: huevos de codorniz en vinagre y escabeche, chiles, nopales, <i>cabuches</i> y palmito en vinagre, mermelada de tuna, garambullo deshidratado y en mermelada.</p>
<p>Comida típica</p>	<p>En San Luis Potosí, los platillos tienden más a combinar vegetales y carnes, mientras que en el centro y el occidente los guisos de carne se acompañan con chile y se preparan muy condimentados. De entre los chiles, los más importantes son el chile chino y el bola.</p> <p>En el altiplano potosino predomina la cocina criolla, como el asado de boda o el pipián (moles del altiplano potosino, son más rudos y perdurables en su sabor que el mole poblano).</p> <p>Platillos salados: asado de boda (guiso de chile ancho y condimentado, en el que se cuecen trocitos de carne de cerdo; este platillo se sirve especialmente en las bodas), asado de puerco, carnitas, frijoles con cola de cerdo, chochas (flores de palma blanca) con cerdo, cecina de res o de puerco salada y secada al sol, barbacoa (puede ser de carnero, borrego, chivo o cerdo) birria, cabrito a las brasas o guisado. Para las fiestas de diciembre, tinga de borrego, fiambre potosino (platillo frío a la vinagreta que combina diversas carnes), conejo <i>ixtlero</i> o en pulque, rata de campo en chile, pollo al ajo y comino, mole de guajolote, guiso borracho (platillo preparado con cerveza y pulque, verduras, carne de pollo, de cerdo y de res) rabo de mestiza, mole de olla con <i>xoconostle</i>, pipián, enchiladas potosinas hechas con masa de maíz colorada y queso con chile serrano, enchiladas de tortilla roja, enchiladas de patogorditas (reellenas de diversos guisados como chile rojo con huevo, frijoles con queso, papa con salsa, carne deshebrada, entre otras), gorditas de horno de masa de maíz quebrado y “tostadas de borracho” (tortilla grande de maíz quebrado y tostada en las brasas a las que se agregan nopales, frijoles, cebolla y salsa picante) tacos rojos con papas y zanahoria, molotes de queso, nopales con papa de monte (papas silvestres pequeñas, blancas), nopalitos guisados con jitomate, cebolla, chile y cilantro, ensalada de palmito y <i>cabuches</i> guisados; tamales de maíz con manteca y sal (centro y altiplano) rellenos de carne de puerco con chile colorado, pollo, picadillo con chile piquín, frijol, queso o rajadas de chile colorado.</p> <p>Platillos dulces: tamales de maíz con manteca, azúcar, pasas, y trocitos de biznaga o fruta cubierta y en ocasiones nueces; camote con leche, capirotada, calabaza en tacha (calabaza cocida en miel de piloncillo), gelatina de tuna, gorditas de cuajada, melcocha de tuna, pinole (maíz tostado, molido y endulzado), queso de tuna con queso fresco, tortillas de harina dulce bañadas con miel de maguey, torrijas bañadas con miel de maguey, <i>quiote</i> (tronco de la flor del maguey que ya sin la flor se cuece en horno, se pela y se rebana en rodajas que dan la apariencia de madera. Su textura es suave, parecida a la de la caña de azúcar, que se puede morder, masticar y exprimir la miel o jugo que trae. Cuando ha quedado seco el bagazo se tira y se vuelve a dar otra mordida a la rodaja.)</p>

	<p>Bebidas: aguamiel (savia del cogollo de maguey (especialmente de los magueyes pulqueros), atole de aguamiel, de mezquite (vainas del mezquite para elaborar atole), de cáscara, de masa y miel de maguey.</p> <p>Bebidas espirituosas: pulque, <i>colonche</i> (bebida alcohólica roja de sabor dulce obtenida por fermentación del jugo de tuna, especialmente de la tuna Cardona u <i>Opuntia streptacantha</i>; dado que solamente se obtiene de junio a octubre, es una bebida típica de las fiestas titulares), mezcal, aguardiente y licor de membrillo.</p>
<p>Mercados</p>	<p>Mercado Hidalgo Calle Hidalgo Centro Histórico San Luis Potosí, SLP De estilo <i>art decó</i>, se construyó sobre el terreno ocupado por el mercado Porfirio Díaz, como parte de las obras para beneficio social promovidas durante el gobierno del general Reynaldo Pérez Gallardo. En los planos elaborados firman como proyectistas Enrique Solano y Roberto Valle. La obra fue entregada por el Gobernador Gonzalo N. Santos el viernes 20 de abril de 1945. En él se venden frutas y verduras frescas, carnes, mariscos y pescados, lácteos, flores, alimentos preparados, sombreros, utensilios varios, artesanías culturales de la región, y tiene fondas en la parte superior, entre otros productos.</p> <p>Mercado República Av. Reforma San Luis Potosí, SLP Ubicado al norte de la avenida Reforma, fue inaugurado el 10 de febrero de 1976. Tiene 950 m² y un amplio estacionamiento. En este mercado es posible encontrar toda clase de productos del estado, frutas, verduras, semillas, flores, moles, lácteos, hierbas, embutidos, carnes de res, puerco, borrego, chivo, pollo, rata de campo y conejo; mariscos y pescados; artículos de cocina y el hogar; artesanías; dulces típicos, comida tradicional, ropa...</p> <p>Mercado Mariano Arista Matehuala, SLP Se inauguró el 15 de julio de 1894. Su construcción se realizó en los terrenos de la antigua plaza Zaragoza. El mercado arista se encuentra a un costado de la Catedral de la Inmaculada Concepción y ofrece artesanías culturales de la región, todo tipo de platillos culinarios, frutas y verduras frescas y muchas cosas más.</p> <p>Región de la Huasteca Además de los tradicionales tianguis que se instalan una vez por semana, en la mayoría de las cabeceras existen mercados municipales.</p>
<p>Festivales gastronómicos</p>	<p>Festival de la Enchilada Rioverdense Río Verde, San Luis Potosí Fecha: última semana de junio y primera de julio. Departamento de Cultura del Municipio de Rioverde. Tel. (487) 8724788</p>

	<p>Muestra Gastronómica de la Feria Nacional Potosina San Luis Potosí. SLP Fecha: Agosto Se lleva a cabo con motivo de la fiesta del Santo Patrono San Luis Rey. El pabellón de la muestra gastronómica tiene puestos de todos los municipios del estado y en ellos se ofrecen los platillos más representativos de cada lugar.</p> <p>Feria de la Charamusca en Matehuala Matehuala, SLP Fecha: abril. Festival gastronómico de la cocina potosina que se realizan en restaurantes como el del Hotel Westin.</p>
<p>Recetas</p>	<p>Enchiladas Rioverdenses <u>Ingredientes</u> 750 g de masa para tortillas. 300 g de chorizo. 3 piezas de chile ancho . 1 cebolla. 2 tazas de frijoles bayos. 3 papas. 3 zanahorias. 6 hojas de lechuga. ½ l de aceite. 2 aguacates. 1 taza de queso rallado. Sal y pimienta al gusto.</p> <p><u>Preparación</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se pican y cuecen las zanahorias y las papas en una olla pequeña con ajo y cebolla. Después se pican los jitomates y la cebolla, y se apartan en un recipiente. 2. Se remojan los chiles en una taza con agua caliente para que se suavicen, se licúan y cuellan. 3. Se agregan los chiles licuados a la masa y mezcla hasta que se suavice un poco. Se toman pequeñas porciones y se aplanan de tal forma que formen círculos como las tortillas. 4. Se colocan en un comal o sartén caliente y se dejan ahí hasta que la masa deje de estar cruda. Se deben voltear constantemente hasta que se pongan ligeramente oscuras. 5. En una sartén se sazona el chorizo y se integran las papas y las zanahorias; debe dejarse que la grasa integre todos los ingredientes. 6. Se fríen ligeramente las tortillas, se retira el exceso de grasa y se rellenan con frijoles y chorizo; se enrollan y colocan en un recipiente dejándolas reposar durante unos minutos. 7. Los tacos se deben calentar en una sartén o comal y servirse con rebanadas de aguacate, lechuga desinfectada y picada y jitomate picado.

Pemoles

Ingredientes

1 kg de harina de maíz.
½ kg de manteca vegetal.
1 cucharada de polvo de hornear.
1 1/2 taza de azúcar.
1 taza de café líquido.

Preparación

1. A la harina de maíz agregarle medio kilo de manteca vegetal, una cucharada de polvo para hornear y una taza y media de azúcar.
2. Batir todos los ingredientes; agregarles una taza de café líquido.
1. Hacer rueditas de esa masa y meterlas al horno de leña o panadero unos 10 o quince minutos.

Ensalada de *cabuches*

Ingredientes

Para vinagreta

1 cebolla mediana finamente picada.
2 jitomates grandes finamente picados.
½ taza de claras de huevo cocidas, finamente picadas.
½ taza de aceitunas verdes, finamente picadas.
½ taza de perejil finamente picado.
¾ taza de vinagre de manzana.
¾ taza de aceite vegetal o de oliva.
Pimienta.

Sal al gusto.

Para ensalada

16 rebanadas de palmito enlatado o fresco, asado.
4 tazas de *cabuches* enlatados.

Para guarnición

¼ taza de cilantro picado.

Preparación

La vinagreta

1. En un tazón de vidrio ponga la cebolla, el jitomate, las claras de huevo cocidas, las aceitunas, el perejil, el vinagre, la pimienta y la sal.
2. Agregue poco a poco el aceite; revuelva con un tenedor hasta que se incorpore la vinagreta.
3. Refrigere durante 2 o 3 horas.

Para servir

1. En cada plato coloque 2 rebanadas de palmito y ½ taza de *cabuches*.

2. Sirva la vinagreta en el centro del plato.
3. Adorne con cilantro.

Flor de Palma

Ingredientes

1 kg flor de palma.
¼ kg cebolla.
¼ kg jitomate.
1 cucharada de orégano.
Aceite.
Chiles serranos.

Preparación

1. Cortar las flores de palma y cocer en agua con sal, escurrir.
2. Freír en aceite cebolla picada, dejarla acitronar y agregar jitomates y chiles (picados).
3. Incorporar las flores picadas, sazonar y espolvorear orégano; dejar cocinar cinco minutos y servir.

Nopalitos rellenos

Ingredientes

12 nopalitos.
½ kg tomate verde.
2 huevos.
1 manojo de cilantro.
2 cucharadas de harina.
Queso.
Aceite.
Chiles serranos.

Preparación

1. Limpiar y cocer los nopalitos en agua con sal.
2. Batir los huevos a punto de turrón.
3. Abrir los nopalitos por la parte gruesa (no cortar por completo), rellenar con una rebanada de queso, cubrir con harina y pasarlos por huevo batido.
4. Freír en aceite y bañarlos con salsa verde.
5. Para preparar la salsa, cocer los tomates con los chiles y licuar con cilantro, freír en aceite y sazonar.

Enchiladas Potosinas

Ingredientes

¼ kg de chile ancho.

1 kg de masa de maíz.
Sal al gusto.
100 g de chile serrano al gusto.
¼ kg de tomate verde.
1 diente de ajo.
1 queso ranchero chico.
Aceite para freír.

Preparación

1. Limpiar los chiles anchos, remojar en agua caliente y molerlos.
2. Revolver los chiles molidos con la masa, poner sal al gusto y amasar.
3. Hacerlas tortillas; poner cada tortilla en el comal y, antes de voltearla, ponerle queso con salsa; doblar y dejar cocer bien.
4. Freír las enchiladas en aceite caliente.
5. Servir con crema, frijoles refritos y guacamole.

Salsa

1. Cocer los tomates
2. Con los chiles serranos, moler con el diente de ajo, poner sal al gusto, mezclar con el queso desmoronado.

Tacos potosinos

Ingredientes

½ kg pulpa de cerdo.
4 chiles anchos.
2 chiles mulatos.
2 chiles pasilla.
2 dientes de ajo.
1 trozo de cebolla.
1 trozo de tortilla frita.
Almendras tostadas.
Tortillas recién hechas.
Sal al gusto.

Preparación

1. Cocer la carne con ajo, cebolla y sal, colar y deshebrarla.
2. Desvenar los chiles y asarlos ligeramente, remojarlos en caldo caliente, cuando suavicen, licuarlos con ajo, cebolla, un trozo de tortilla y almendras; freírlos en un poco de aceite y sazonar con sal.
3. Agregar un poco de caldo, hervir a fuego suave hasta que la preparación espese.
4. Calentar el aceite a fuego medio, remojar las tortillas en la salsa y luego freírlas.
5. Rellenarlas con carne y doblarlas a la mitad, colocar los tacos en una vaporera y mantenerlos

calientes hasta el momento de servir.

Tacos arrieros

Ingredientes

½ kg tortillas calientes
¼ kg carne molida
6 chiles verdes.
3 limones (su jugo).
1 diente de ajo.
1 jitomate.
1 rama de cilantro
1 trozo de cebolla.
½ col.
2 cucharadas de aceite.
sal, al gusto.

Preparación

1. Freír la carne en aceite, condimentar con sal y revolver hasta que se le quite el color rojo.
2. Agregar la cebolla, ajo y jitomate (picados); dejar sazonar.
3. Picar la col y el cilantro, añadir la mitad del jugo de limón y sal.
4. Hacer los taquitos con las tortillas sin freír, rellenar con picadillo, ensalada de col y salsa al gusto.
5. Para preparar la salsa, moler los chiles con el resto del jugo de limón y condimentar con sal.

Verdolagas y Quelites con carne de Puerco

Ingredientes

½ kg carne de puerco.
½ kg chiles poblanos.
½ kg quelites.
½ kg verdolagas.
¼ kg cebolla.
¼ kg jitomates.

Aceite.

Preparación

1. Cocer las verdolagas y los quelites en agua con sal.
2. Cocer la carne de puerco en trocitos (por separado).
3. Asar los chiles poblanos y cortarlos en rajas.
4. Freír en aceite la carne, agregar las verdolagas y los quelites, los jitomates y la cebolla (picados).
5. Por último, añadir las rajas de chile poblano.
6. Cocer a fuego lento durante diez minutos.

Mole de Olla

Ingredientes

½ kg calabacitas.
½ kg cuete.
¼ kg chamorro de cerdo.
¼ kg chambarete.
4 chiles anchos.
4 elotes.
4 xoconostles.
3 dientes de ajo.
1 cebolla.
½ taza de vinagre.
3 cucharadas de aceite.
Cilantro y cebolla (picados).
Sal y epazote, al gusto.

Preparación

1. Tostar y remojar los chiles en vinagre; licuar con ajo y cebolla.
2. Dorar la carne en aceite caliente, agregar la preparación anterior, los *xoconostles*, verduras y sal.
3. Añadir dos litros de agua y dejar cocer a fuego medio.
4. Servir con cebolla, cilantro y epazote.

Asado de Cerritos

Ingredientes

1 kg carne de puerco (en trocitos).
¼ kg manteca.
10 dientes de ajo.
10 pimientas gordas.
8 chiles anchos (dorados y hervidos).
3 clavos.
1 raja de canela.
1 taza de agua.
¼ taza de vinagre.
1 pizca de cominos.
1 pizca de orégano.
Sal al gusto.

Preparación

1. Dorar la carne en manteca, licuar los chiles con vinagre y especias; agregar y freír hasta resecar.
2. Añadir agua y sal, hervir a fuego suave y retirar al espesar la salsa.

Guiso borracho

Ingredientes

Carne

- 1 kg cabrito (en trozos).
- 1 kg carne de puerco (en trozos).
- 1 kg cecina de res.
- 1 pollo entero (en piezas).
- ½ kg chorizo frito (rodajas gruesas).

Verduras

- 1 kg chayotes limpios (partidos).
- ½ kg ejotes limpios (en trozos).
- ½ kg jitomate picado.
- ½ kg manzana (en trozos).
- ½ kg nopalitos picados.
- ½ kg papas (partidas).
- ½ kg zanahorias (partidas).
- 4 elotes en rebanadas.
- 1 cebolla grande picada.
- 1 repollo mediano (col).

Espicias

- 5 hojas de laurel.
- 4 clavos de olor.
- 1 raja de canela.
- 1 cabeza de ajo (mediana).
- 1 cucharada de mejorana.
- 1 cucharada de orégano.
- ½ cucharadita de pimientos.
- ½ cucharada de tomillos.

Chiles

- 5 chiles chinos secos (desvenados y tostados).
- Rajas de chiles en vinagre.
- 1 cucharada de chile piquín seco (tostado).

Otros ingredientes

- 4 l de pulque.
- Aceite.
- Sal y azúcar al gusto.

Preparación

1. Asar la cecina y partirla en trozos.
2. Cocer el cabrito con cebolla, ajo y sal (no debe quedar muy cocido).

3. Freír la carne de puerco, cubrirla con agua, añadir sal y dejarla resecar; dorarla en su misma grasa (no debe quedar muy dorada).
4. Cocer el pollo con cebolla, ajo y sal (no debe quedar muy cocido).
5. Moler en molcajetes las especias con ajo.
6. Calentar aceite en una cazuela honda de barro y freír las papas, cebolla y los jitomates (picados).
7. Agregar las verduras y freír un poco más, añadir el pulque colado y la carne (sin caldo).
8. Agregar las especias molidas con los chiles licuados y cocer a fuego lento; sazonar con sal y azúcar y dejar cocer.
9. Añadir el chorizo y los nopalitos (cocidos y enjuagados), los chiles en vinagre, elotes cocidos, laurel y trozos de manzana; cocer y revolver con cuidado.

Fiambre potosino

Ingredientes

- 1 kg lengua de res.
- 1 pollo tierno.
- 4 patitas de puerco (tiernas).
- 4 papas.
- 4 zanahorias.
- 3 jitomates en rebanadas.
- 2 aguacates.
- 2 betabeles.
- 2 pepinos picados.
- 1 cebolla.
- 1 hoja de lechuga.
- 1 taza de chicharos.
- 1 taza de ejotes.
- ½ taza de aceite de oliva.
- ¼ taza de vinagre.
- 1 cucharada de mostaza.
- 1 cucharada de perejil picado.
- Hierbas de olor.
- Sal y pimienta al gusto.

Preparación

1. Cocer la lengua con un poco de vinagre, sal, pimienta y hierbas de olor, pelarla y rebanarla.
2. Cocer el pollo con cebolla y sal, partirlo en trozos grandes.
3. Cocer las patitas con hierbas de olor, sal, pimienta y vinagre; cortarlas en cuatro pedazos.
4. Cocer las verduras, picarlas y sazonarlas.
5. Colocar en un platón la carne y las verduras y adornar con lechuga, betabel, tiras de aguacate y pepino.

6. Mezclar vinagre, aceite de oliva, sal, pimienta, mostaza y perejil picado; aderezar el platillo con esta mezcla.

Gorditas de horno

Ingredientes

¾ kg maíz.
¼ kg queso.
300 g azúcar.
¼ litro de jocoque.
2 cucharadas de canela molida.
1 cucharada de polvo para hornear.
Manteca.

Preparación

1. Cocer y licuar el maíz.
2. Agregar azúcar, jocoque y queso, batir.
3. Añadir canela y polvo para hornear, hacer unas tortillas gordas.
4. Colocar las gorditas sobre charolas de horno engrasadas, cocer en el horno (210 grados C).

Panecitos de pulque

Ingredientes

½ kg harina.
¼ kg azúcar.
¼ kg manteca.
¼ l de pulque.
1 cucharada de azúcar.
1 cucharadita de sal.

Preparación

1. Cernir harina con sal y una cucharada de azúcar.
2. Batir la mezcla hasta que quede espumosa.
3. Mezclar con harina y con pulque.
4. Extender la masa con un rodillo, cortar las galletas y espolvorear azúcar; colocarlas sobre charolas engrasadas y hornear hasta que se doren.

Gelatina de tuna

Ingredientes

6 tunas rojas.
1 taza de azúcar.
2 cucharadas de grenetina en polvo.

1 cucharada de jugo de limón.

Crema batida.

Preparación

1. Limpiar las tunas y pasarlas por un colador para separar las semillas.
2. Hervir cuatro tazas de agua con azúcar, al soltar el hervor, agregar grenetina disuelta en media taza de agua.
3. Retirar del fuego y añadir la pulpa de tuna y jugo de limón; verter la mezcla en un recipiente y refrigerar.
4. Desmoldar y adornar con crema batida.

Pelo de Ángel

Ingredientes

2 kg azúcar.

¼ kg piñones sin cáscara.

2 hojas de higuera ó 2 limones.

1 chilacayote mediano.

3 l de agua.

2 cucharadas de cal.

Preparación

1. Quitarle la cáscara al chilacayote y partirlo en trozos medianos.
2. Colocar trozos de chilacayote en una cazuela de barro con agua y cal (deben quedar totalmente cubiertos); dejarlos reposar toda la noche.
3. Enjuagarlos al día siguiente con bastante agua (no deben quedar residuos de cal); ponerlos a cocer.
4. Retirar y colocar en un recipiente, deshebrar finamente y eliminar las semillas.
5. Poner a fuego medio un kilo de azúcar con dos tazas de agua y el chilacayote deshebrado durante media hora; revolver constantemente, retirar del fuego y dejar reposar 24 horas.
6. Poner nuevamente a fuego moderado, agregar otro litro de azúcar y revolver constantemente hasta que la preparación tenga color dorado claro y quede un poco de miel.
7. Agregar dos hojas de higuera y los limones (partidos a la mitad); retirar del fuego, dejar enfriar y adornar con piñones.

Tacos Camila

La tortilla ya cocida se remoja en salsa de jitomate previamente sazonada; se le pone queso, se enrolla y se fríe sin dorar: Se sirven en un plato cubierto de lechuga picada, se cubren con papas y zanahorias cocidas y sancochadas, y se les espolvorea queso. Se les acompaña con chiles y cueritos o patitas en vinagre.

Queso de Tuna

	<p>La forma de preparación es la siguiente: se cortan los trozos de penca que presentan los frutos maduros, esto es, cuando la cáscara o epicarpio de la tuna tiene una coloración rojiza. La fruta se pela en forma manual y luego se despulpa mecánicamente, la pulpa así obtenida se pone a calentar a fuego directo en un cazo de cobre para concentrarla (desde 18 hasta 80 ‘Brix). El proceso puede durar hasta cinco horas, tiempo durante el cual se agita constantemente, el punto final se determina cuando al mover la pala se logra observar el fondo del cazo. Una vez que alcanza la concentración y consistencia deseada, se retira del fuego y se continúa agitando hasta enfriar. A este producto de alta viscosidad se le denomina “melcocha”. Una vez que la melcocha se enfría, se masajea golpeándola con fuerza sobre una piedra grande, lisa y humedecida, por 10 a 15 minutos hasta que cambia de color (se toma más clara) y ya no se adhiere o pega a la piedra.</p> <p>Durante el masajeado se pierde humedad, lo que finalmente facilita el moldeado de la masa chiclosa resultante, la cual se coloca en moldes rectangulares de madera humedecidos, en los que permanece de 12 a 15 horas al cabo de lo cual ya se tienen los quesos de tuna.</p>
<p>Historias, leyendas, mitos</p>	<p>El Médico y el folklore (Francisco Padrón) “¡Ay como me gusta el ponche, su aguamiel y su colonche, chulo, San Luis Potosí!”</p> <p>El aguanieve (San Luis Potosí, 1966) Aguanieves se entretejen. El que de amores padece Y en el agua cristalina Toda la noche camina, En el patio le amanece, Mirando <i>pa´</i> la cocina.</p> <p>Muy agradable se bebe Al tenerse mucha sed; ¡ qué sabrosa es la aguanieve, Más sabrosa que el café: Se pasa muy suave y breve!</p> <p>¡ Qué sabrosa es la aguanieve, Y más en camino real¡ Con mucho gusto se bebe, Se refresca el paladar</p>

	<p>Y el alma se conmueve.</p> <p>Una dicha muy completa Hace sentir la aguanieve; Aunque esté el hombre a dieta, Jamás a dañar se atreve: Lo dice Benito Iztea. “Aguadores, ¡qué sed traigo!, Dijo un infeliz soldado; Vale más ser apacible, Y no ser apasionado”.</p>
Rutas gastronómicas	-
Fuentes	<p>Bibliografía</p> <p>Ávila Hernández, Dolores Et Al., <i>Atlas cultural de México. Gastronomía</i>, SEP / INAH / Grupo Editorial Planeta, México, 1988.</p> <p>Bonomi, Ezio, <i>Tradición y Sabor. 120 recetas de nopal</i>, La Casa del Tiempo, San Luis Potosí, 2009.</p> <p>Canirac, <i>En su punto</i>, Canirac (sin datos).</p> <p>Chemin Bässler, Heidi (Compiladora), <i>Recetario Pame de San Luis Potosí y Querétaro</i>, No. 26, Conaculta-Dirección General de Culturas Populares e Indígenas, México D.F., 2004.</p> <p>Dirección General de Promoción del Turismo, <i>Gastronomía del Estado de San Luis Potosí</i>, Dirección General de Promoción del Turismo, México DF, 1989.</p> <p>Flores Valdez, A. Claudio, Juan M. de Luna Esquivel, y Pedro P. Ramírez Moreno, <i>Mercado Mundial de la Tuna</i>, Apoyos y Servicios a la Comercialización Agropecuaria / Universidad Autónoma Chapingo / Centro de Investigaciones Económicas, Sociales y Tecnológicas de la Agroindustria y de la Agricultura Mundial, Chapingo, 1995.</p> <p>Gobierno del Estado de San Luis Potosí, <i>San Luis Potosí, Ciudad Luz de México</i>, Gobierno del Estado de San Luis Potosí, San Luis Potosí, 2008.</p> <p>Iturriaga de la Fuente, José, <i>San Luis Potosí, La cocina en la república mexicana, Panorámica de la gastronomía mexicana</i>, Conaculta-Dirección General de Culturas Populares e Indígenas, México D.F., s/a.</p> <p>Monroy Castillo, María Isabel, Cristina Barros, Sandra Castro y Marco Buenrostro, <i>Cuadernos de cosina de barrios guizados, Hazienda de Peñasco San Luis Potosí 1773</i>, Fundación Herdez / Gobierno del Estado de San Luis Potosí, San Luis Potosí, 2007.</p> <p>Montejano y Aguiñaga, Rafael, <i>Guía de la Ciudad de San Luis Potosí</i>, 6° edición, Gobierno del Estado de San Luis Potosí / Academia de Historia Potosina, A.C. / Dirección Estatal de Turismo, San Luis Potosí, 1998.</p> <p>Ortiz González, Imelda, <i>El Funcionalismo en la Ciudad de San Luis Potosí, Un Análisis Crítico</i>, (sin datos).</p> <p>Padrón, Francisco. <i>El Médico y el Folklore</i>, UASLP, San Luis Potosí, 1956.</p> <p>Salas de León, Sonia y Elia, <i>La comida potosina</i>, Universidad Abierta de San Luis Potosí, San Luis Potosí, 1998.</p> <p>Internet</p> <p>www.lacuracao.com/San-Luis-Potosi.-Recetas-del-Estado_MPD156969.html.</p>

ENTIDAD FEDERATIVA: TAMAULIPAS

CONCEPTO	INFORMACIÓN REQUERIDA
Productos con Denominación de Origen	<p>Tequila El tequila cuenta con denominación de origen desde 1977 y, para muchos de sus consumidores, tiene carácter histórico, cultural y sentimental. Su producción y consumo llevan implícito una tradición (el cultivo del agave, el proceso de fermentación, la destilación y modo de consumirse). El tequila se consolidó como una bebida mexicana con Denominación de Origen, en virtud de que sus métodos de producción datan de la época prehispánica y son únicamente posibles en una zona específica de nuestro país que abarca los estados de Jalisco, Nayarit, Guanajuato, Tamaulipas y Michoacán. En el caso de Tamaulipas 11 municipios están integrados en la Denominación de Origen del tequila: Aldama, Altamira, Antiguo Morelos, Gómez Farías, González, Llera, Mante, Nuevo Morelos, Ocampo, Tula y Xicotencatl.</p>
Productos de la región	<p>Agricultura: soya, sorgo, cebolla, naranja, toronja y mandarina. Pesca: lisa, bagre, trucha, ostión y camarón.</p>
Alimentos tradicionales y productores	<p>-</p>
Comida típica	<p>Platillos salados: panzaje de res (carne de res al vapor, preparada con tomate, cebolla, chile serrano, manteca de puerco, aceitunas, ajo, pimienta, sal, hojas de laurel y tomillo), estofado y asado de puerco, cabrito en su sange, escabeche de robalo, mole de papas con camarón, ropa vieja, cabrito asado y en salsa, cabrito al pastor, costillas de puerco, menudo norteño, carne de puerco en salsa verde, nopales en pipián con mole o con chicharrón, picadillo de res, cebiche de pescado, pescado lampreado, frijoles charros, sange de puerco, papas lampreadas en caldo, calabazas rellenas, pozole, nopales al estilo canoas, pescado en micro, pipián casero, calabazas rellenas, calabazas con elote, cabrito en amarillo, camarones en su jugo, quelites con masa y chiles de color, caldo oreado de cola o espinazo de res, carnitas, albóndigas, pata de concha, pescado frito, tacos de barbacoa, nopales regionales, pechuga con tocino, cortadillo, frijoles con manteca de puerco, guisado de res, carne asada, orejones de calabacitas, caldillo de flor de calabaza, <i>cabuches</i> (las flores de la biznaga), pipián de calabaza, cabrito al pastor, corazones de penca de nopal, albóndigas de nopal, cecina, verdolagas, tacos sudados, <i>chibelitos</i> de sábila (tiras de sábila con huevo), pulpa de maguey, palmito con picadillo o adobado, pipián, salpicón de jaiba, tortas de garbanzo, nopales con huevo, fritada, cogollo de sotol, comalada de mariscos (mariscos al comal), caldillo de tasajo, liebre o conejo frito, guiso de calamares, enchiladas tultecas, machaca con huevo, huevos asados, tortilla de huevo, flor de palma, migas norteñas, gorditas, migadas y flor de pita. Tamales de venado, de guajolote, revueltos o de manteca, pollo en achiote, zacahuil.</p> <p>Platillos dulces: buñuelos, dulces de leche, galletas de piloncillo, <i>mexquitamal</i>, dulce de frijol,</p>

	<p>panochas de masa con piloncillo, pepitorias, arepitas, pan de elote y natas, chongos zamoranos, cochinitos de piloncillo, conserva de maguey, gordas de horno, champurrado de maíz de teja, dulce de piña con camote, gaznates, mermelada de nopal, empanadas de piña o calabaza, <i>pemoles</i> (panecillos a base de maíz, manteca y café), cajeta quemada y capirotada.</p> <p>Bebidas: atole de rabio (con canela y plátano macho), de pinole, de maíz de teja, de mezquite, de arroz, blanco, de naranja, de grano de maíz o de piloncillo, de aguamiel, de semilla de caña; bebida de nopal y sábila, agua de <i>huapilla</i> (tepache) o de tula y miel seba.</p> <p>Bebidas espirituosas: mezcal, ponche de guayaba y bebida de tamarindo.</p>
<p>Mercados</p>	<p>Mercado Maclovio Herrera Nuevo Laredo Se inauguró en 1947 pero un incendio lo destruyó a finales de los 80s. En 1985 fue reinaugurado con el nombre de Mercado de Reforma, pero la gente le sigue llamando Maclovio Herrera. Venden artesanías, trajes tradicionales, dulces, piñatas, joyería y gastronomía de la región.</p> <p>Mercado Arguelles Ciudad Victoria En 1901 se fundó el Parián, actualmente el mercado Arguelles. El Parián jugaba un papel importante en la economía de los victorenses que acudían a comprar sus comestibles, y de los comerciantes que, ligados a los productores, ofrecían todo tipo de alimentos y otros productos.</p> <p>Mercado Juárez Matamoros Fue construido en 1835, pero por guerras y desastres naturales ha sufrido muchos cambios. En 1873 recibió su nombre en honor a don Benito Juárez. Durante el s. XX fue el centro de abastecimiento más importante para la ciudad. Vendían carne, hierbas, comida preparada, medicinas, zapatos, artesanías, joyas, curiosidades, licores, ropa, etcétera.</p>
<p>Festivales gastronómicos</p>	<p>Fiestas de Abril Tampico, Tam. Fecha: marzo / abril (variable)</p> <p>Festival de Música y Danza Janambres Cd. Victoria, Tam. Fecha: mayo (segunda quincena)</p> <p>Festival de la Frontera Matamoros, Nuevo Laredo y Reynosa, Tam. Fecha: mayo</p> <p>Expo Feria Reynosa, Tam. Fecha: julio / agosto (variable)</p>

	<p>Expomex Nuevo Laredo, Tam. Fecha: Septiembre</p> <p>Festival Internacional Tamaulipas Cd. Victoria, Tam. Fecha: octubre (mediados)</p> <p>Festival Internacional Reynosa Reynosa, Tam. Fecha: octubre</p> <p>Festival Internacional de Otoño Matamoros, Tam. Fecha: Octubre</p> <p>Festival Ofrenda Nuevo Laredo, Tam. Noviembre</p>
<p>Recetas</p>	<p>Enchiladas Tultecas</p> <p><u>Ingredientes</u> 1 kg de maíz blanco. 20 g de chile cascabel. 1 kg de papas. ¼ de cebolla. ¼ de chorizo. 1 pieza mediana de queso. Chile piquín o serrano al gusto. 1 lechuga. 1 l de aceite. Aguacate al gusto. Pollo al gusto. Cecina al gusto. Limón agrio al gusto. Jitomate rojo al gusto. Sal y cominos al gusto.</p> <p><u>Preparación</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Raye el queso. 2. Lave la lechuga, pique y agregue el limón. 3. Ponga el nixtamal, lave y muele junto con el chile cascabel desvenado para que salga la masa roja. Sazone con la sal y los cominos.

4. Haga tortillas delgadas con la masa.
5. Pele y corte las papas en cuadros. Hierva y una vez cocidas, escurra.
6. Fría el chorizo y agregue las papas. Sazone.
7. Fría las tortillas en aceite y rellene de las papas con chorizo. Agregue la lechuga y espolvoree el queso. Adorne con un poco de jitomate finamente picado y si se desea, acompañe con un pedazo de cecina, una pieza pollo o rajas de aguacate. Sirva calientes con una taza de café de olla.

Cabuches de biznaga

Ingredientes

- ½ kg de cabuches (flores de la biznaga).
- 1 l de agua.
- Sal al gusto.
- 3 dientes de ajo.
- ½ cebolla.
- 3 chiles cascabel asados y molidos.
- Pimienta y cominos al gusto.
- 5 huevos.
- Aceite.
- 4 jitomates.
- 1 cebolla.
- 1 diente de ajo.
- 4 ramas de perejil.

Preparación

1. Hierva los cabuches en el litro de agua con sal. Escurra y forme con ellos tortitas del tamaño de su palma de la mano.
2. Bata el huevo y fría en aceite.
3. Muela el jitomate, la cebolla y el ajo. Fría el jitomate y agregue el perejil. Sazone.
4. Agregue las tortitas al caldillo y deje al fuego por 5 minutos antes de servir.

Atole de Rabio

Ingredientes

- 2 rajas de canela.
- 1 pizca de pimienta.
- 1 plátano macho frito, en rodajas para freír.
- 1 taza de masa.
- Azúcar al gusto.
- 1 l de agua.

Preparación

1. Hierva el agua con canela, pimienta y un poco de azúcar.

2. Aparte, disuelva la masa y agregue al agua con canela. Mueva constantemente para que no se pegue.
3. Cuando esté cocido el atole, agregue las rodajas de plátano y sirva.

Empanadas de camarón

Ingredientes

- ¾ kg de masa de maíz.
- ¼ taza de manteca.
- ½ plátano macho cocido.
- ¼ kg de camote blanco cocido.
- 50 g de harina.
- ½ kg de camarones sin cabeza, cola y caparazón.
- 4 dientes de ajo picados.
- 1 cebolla picada.
- 2 jitomates asados, sin piel y picados.
- 1 rama de perejil picada.
- ½ tz de aceitunas sin hueso picadas.
- 1 chile verde picado.

Aceite.

Sal.

Preparación

1. Limpie los camarones y reserve.
2. Mezcle la masa con la manteca.
3. Licue el plátano con el camote y un poco de agua e incorpore a la masa.
4. Agregue poco a poco harina, sal y agua, hasta obtener una masa manejable.
5. Acitrones la cebolla y agregue los ajos, jitomates, perejil, aceitunas, chile y camarones. Sazone.
6. Forme bolitas con la masa, de tal manera que después pueda hacer tortillas con ellas. Ponga el relleno en el centro y doble para cerrar.
7. Fría las empanadas en aceite y deje enfriar unos minutos antes de comerlas.

Asado de cerdo

Ingredientes

- ¾ kg de maciza de cerdo cortada en trozos.
- 300 g de chile cascabel.
- 2 dientes de ajo.
- 1 cucharadita de comino.
- Vinagre.
- Manteca.

Sal.

Pimienta.

Preparación

1. Desvene los chiles y hierva.
2. Muela con el vinagre. Reserve junto con el agua de cocción.
3. En una cazuela con manteca, fría la carne.
4. Muela los ajos y los cominos. Añada a la carne y salpimiento.
5. Agregue los chiles molidos con un poco de agua de cocción a la carne.
6. Deje hervir, sazone y sirva acompañado de tortillas.

Pastel de jaiba

Ingredientes

½ kg de pulpa de jaiba.
300 g de jitomates asados y sin piel.
1 cebolla picada.
2 dientes de ajo picados.
3 ramitas de perejil picadas.
1 chile verde picado.
½ kg de harina.
3 cucharaditas de polvo para hornear.
1 barra de mantequilla pomada.
4 huevos.
1 cucharada de azúcar.
Leche.
Aceite.
Mantequilla para engrasar.
Sal.

Preparación

1. Precaliente el horno a 180°C.
2. Muela los jitomates con cebolla, ajo, chile y un poco de agua. Cuele.
3. En un sartén fría la salsa, agregue el perejil y la pulpa de jaiba. Deje que se reduzca un poco el guiso.
4. Cierna la harina y los polvos para hornear sobre una mesa. Forme una fuente con tres huevos, mantequilla, azúcar y una cucharadita de sal. Incorpore todo y añada leche, poco a poco, hasta formar una pasta suave.
5. Divida la masa en dos partes, una más grande que la otra, y extienda con el rodillo.
6. Engrasar el molde y forre el fondo con la masa.
7. Rellene con la jaiba y cubra con masa, sellando las orillas con los dedos.
8. Pinche la masa con un tenedor y barnice con huevo.

	9. Hornee hasta que la masa esté cocida y dorada.
Historias, leyendas, mitos	-
Rutas gastronómicas	-
Fuentes	Bibliografía Dirección de patrimonio histórico y cultural , <i>Tamaulipas, aromas y sabores</i> , Dirección de patrimonio histórico y cultural, México, s/a.