

Recetario de Sabores Auténticos



La
Costeña[®]

¡por sabor![®]

Coliflor asada con vinagreta de chiles toreados



Preparación
25 min.



Dificultad
Bajo



Porciones
4 personas

Ingredientes

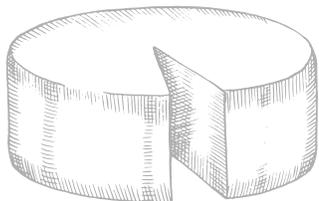
- 1 cda de Toreados Rodajas de Serrano La Costeña®
- 2 cdas de Pimiento Morrón en Tiras La Costeña®
- 4 cdas de Vinagre de Manzana La Costeña®
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cda de Perejil picado
- 1/2 cda de Cebolla blanca picada
- 1/2 taza de Aceite de oliva
- 1 pieza de Coliflor mediana

Preparación

1. Picar finamente el Pimiento Morrón en Tiras La Costeña® y los Toreados Rodajas de Serrano La Costeña®
2. Mezclar el Vinagre de Manzana La Costeña®, una cucharada de líquido de las rodajas, sal y pimienta al gusto. Agregar el perejil picado, la cebolla blanca, los Toreados Rodajas de Serrano La Costeña® picados, el Pimiento Morrón en Tiras La Costeña® picado, mezclar, incorporar el aceite de oliva en forma de hilo sin dejar de mezclar.
3. Cortar la coliflor en rodajas gruesas, freír por ambos lados a fuego lento con un poco de aceite hasta que esté completamente cocida, sazonar con sal y pimienta al gusto.
4. Servir la coliflor y bañar con la vinagreta.



Ensalada de queso panela con jalapeños crujientes



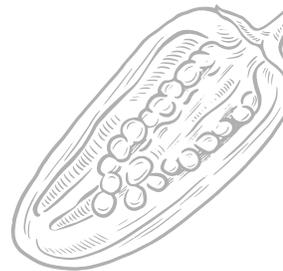
Preparación
25 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas



Ingredientes

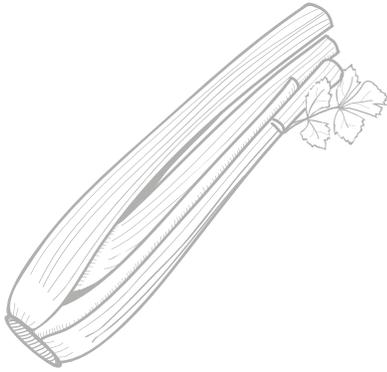
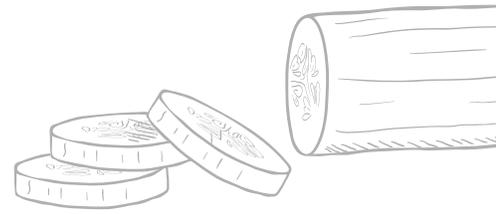
- 60 ml de Jugo de limón
- 1/2 taza de Jugo de naranja
- 2 cdas de Vinagre de Manzana La Costeña®
- 1 taza de Aceite
- Sal al gusto
- Pimienta negra molida al gusto
- 1 rama grande de Cilantro
- 100 g de Pimiento amarillo en cubos
- 100 g de Pepino en cubos
- 100 g de Jitomate en cubos sin semilla
- 1/2 lata de Frijoles Negros Enteros La Costeña®
- 280 g de Queso panela en cubos
- 1/2 taza de Nachos de Jalapeño La Costeña®
- 50 g de Harina de trigo
- 1 pieza de Huevo batido
- 1/2 taza de Pan molido
- 1 taza de Aceite
- 70 g de Mezcla de lechugas

Preparación

1. Agregar el jugo de limón, el jugo de naranja y el Vinagre de Manzana La Costeña®. Licuar y añadir en hilo el aceite, sazonar con sal y pimienta al gusto. Agregar el cilantro y licuar por 5 segundos más. Reservar.
2. En un tazón añadir, el pimiento amarillo, el pepino, el jitomate, los Frijoles Negros Enteros La Costeña® (drenados), el queso panela, agregar vinagreta al gusto, mezclar y reservar.
3. Colocar los Nachos de Jalapeño La Costeña® sobre una tabla. Retirar el exceso de humedad con papel absorbente.
4. Pasar los nachos por harina, el huevo y el pan molido, empanizarlos completamente.
5. Calentar el aceite y freír los nachos hasta obtener un color dorado. Retirar el exceso de aceite y reservar.
6. Servir la ensalada sobre una cama de lechugas y terminar con los nachos fritos.



Botana coctelera



Preparación
20 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

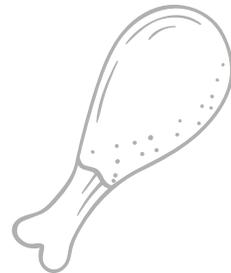
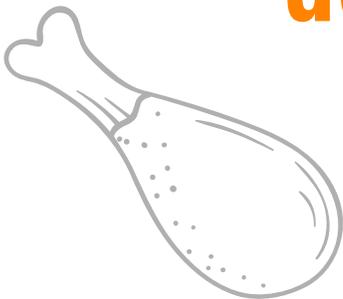
- 60 ml de Jugo de limón
- 2 cdas de Salsa Negra La Costeña®
- 1 cda de Salsa Picante La Costeña®
- 1 lata de Cóctel de Frutas en Almíbar La Costeña®
- 1/2 taza de Cóctel de Tomate y Almeja Kermato®
- 2 cdas de Almíbar del coctel
- 1/2 taza de Apio en cuadritos
- 1/2 taza de Pepino pelado en cuadritos sin semilla
- 1/2 taza de Cacahuates japoneses Nipon®

Preparación

1. Mezclar el juego de limón, salsa negra, salsa picante y el almíbar del coctel.
2. Agregar el apio, pepino, Cóctel de Frutas en Almíbar La Costeña® (drenado), Kermato® y mezclar, incorporar los Cacahuates japoneses Nipon®.
3. Servir y terminar con salsa negra adicional al gusto.



Sandwich integral de ensalada de pollo



Preparación
25 min.



Dificultad
Baja



Porciones
4 personas

Ingredientes

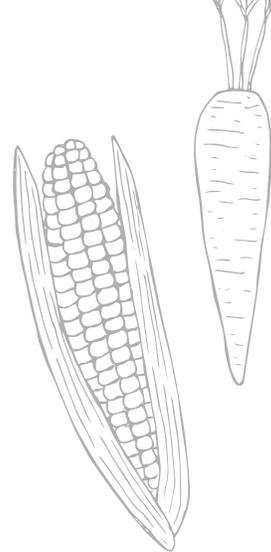
- 8 cdas de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 1 taza de Ensalada Campesina La Costeña®
- 4 cdas de Zanahorias en Escabeche La Costeña®
- 4 cdas de Rajas de Jalapeño La Costeña®
- 2 cdas de Perejil picado
- 2 tazas de Pollo deshebrado
- Sal y pimienta al gusto
- 8 rebanadas de Pan integral de caja
- 4 hojas de Lechuga

Preparación

1. En un bowl grande colocar la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®, agregar la Ensalada Campesina La Costeña®, Zanahorias en Escabeche La Costeña®, Rajas de Jalapeño La Costeña®, el perejil picado y el pollo deshebrado, sazonar con sal y pimienta al gusto, mezclar.
2. Sobre el pan integral colocar 1 hoja de lechuga y después la ensalada de pollo, cierra con otro pan y corta por la mitad en triángulos.



Arroz de coliflor con verduras



Preparación
25 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

- 2 tazas de Coliflor
- 4pzas de Chipotles Adobados La Costeña®
- 60 ml de Aceite de oliva
- 60 g de Cebolla blanca picada
- 2 cdas de Ajo picado
- 360 ml de Caldo de verduras
- 1 lata drenada de Ensalada Campesina La Costeña®
- Sal al gusto
- Pimienta negra molida al gusto
- 2 cdas de Perejil picado

Preparación

1. Rallar la coliflor y reservar.
2. Picar los chiles Chipotles Adobados La Costeña® en cubos muy pequeños.
3. En una sartén calentar el aceite de oliva, agregar la cebolla, el ajo y sofreír. Incorporar la coliflor rallada y el chile Chipotle Adobados La Costeña®
4. Verter el caldo de verduras, drenar la lata de verduras y agregarlas, sazonar con sal y pimienta al gusto. Cocer por 5 minutos hasta que se evapore el líquido por completo.
5. Decorar con el chile chipotle restante y espolvorear el perejil picado



Ensalada de col con piña



Preparación
25 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

- 400 g de Col rebanada delgada
- 1 litro de Agua
- 1/2 cdta de Anís
- 1/2 lata de Piña en Almíbar Trocitos La Costeña®
- 1/3 taza de Pasas
- 1/3 taza de Arándanos deshidratados
- 4 cdas de Crema ácida
- 6 cdas de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- Sal al gusto
- Pimienta negra molida al gusto

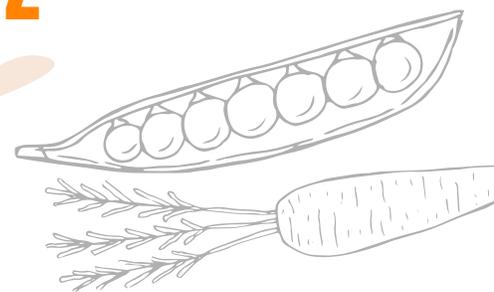
Preparación

1. Hervir el agua, verter la col rebanada en el agua hirviendo, agregar el anís. Cocer hasta ablandar la col, colar y refrigerar hasta enfriar por completo.

2. Mezclar la col con la Piña en Almíbar Trocitos La Costeña® (drenada), pasas, arándanos, crema y Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®, sazonar con sal y pimienta al gusto. Servir.



Ensalada de arroz y vegetales



Preparación
15 min.



Dificultad
Bajo



Porciones
4 personas

Ingredientes

- 1/2 taza de Puré de Tomate Sazonado La Costeña®
- 4 cdas de Vinagre Blanco La Costeña®
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cda de Perejil picado
- 80 ml de Aceite de oliva
- 1/2 taza de Calabaza italiana en cubos
- 2 tazas de Arroz integral cocido
- 80 g de Queso panela en cubos
- 1/2 taza de Chicharos y Zanahorias La Costeña®
- 1/2 taza de Elote Dorado La Costeña®
- 4 hojas de Lechugas

Preparación

Para la vinagreta:

1. En un bowl mediano colocar el Puré de Tomate Sazonado La Costeña®, agregar el Vinagre Blanco La Costeña®, sazonar con sal y pimienta al gusto, agregar el perejil picado, mezclar con un globo batidor.

2. Sin dejar de mezclar agregar el aceite de oliva.

Para la ensalada:

1. Colocar la calabaza en una sartén caliente, sazonar con sal y pimienta al gusto, reservar.

2. En un bowl grande colocar el arroz integral, agregar el queso panela, la calabaza asada.

3. Drenar los Chicharos y Zanahorias La Costeña®, agregarlos a un bowl.

4. Agregar drenado el Elote Dorado La Costeña® al bowl de chicharos y zanahorias, mezclar.

5. Incorporar vinagreta al bowl del arroz.

6. Servir acompañado de una hoja de lechuga.



Ensalada de camarón y pulpo



Preparación
20 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

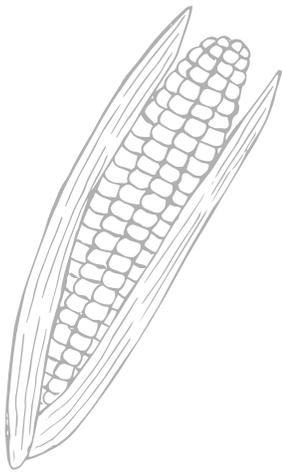
Ingredientes

- 1 taza de Pulpo cocido en trozos
- 1 taza de Camarón pacotilla cocido
- 2 cdas de Cebolla blanca picada
- 6 cdas de Jitomate picado
- Sal y pimienta al gusto
- 1/2 taza de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 4 cdas de Nachos de Jalapeño La Costeña®
- 1 bolsa de Totopos La Costeña®

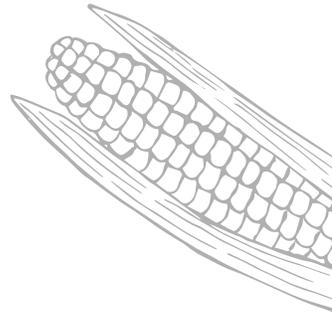
Preparación

1. Mezclar el pulpo con el camarón, la cebolla blanca picada, el jitomate picado y sazonar con sal y pimienta.
2. Agregar la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña® y mezclar hasta incorporar todos los ingredientes.
3. Incorporar los Nachos de Jalapeño La Costeña® y servir con totopos.





Ensalada de elote dorado



Preparación
30 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

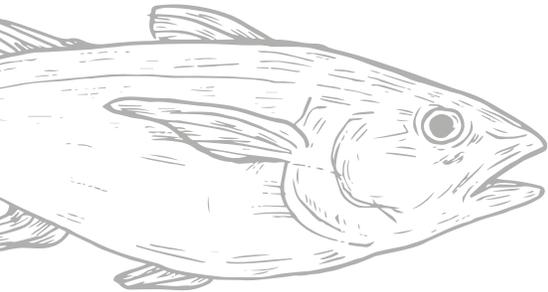
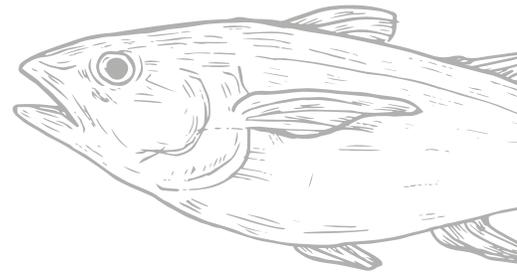
- 1 lata de Elote dorado La Costeña®
- 1/2 lata de Rajas rojas de Jalapeño La Costeña®
- 1 taza de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 2 cdas de Mantequilla
- 3 cdas de Cebolla morada picada
- 1 diente de Ajo picado
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cdas de Líquido del elote dorado
- 4 cdas de Queso cotija desmoronado
- 2 cdas de Cilantro picado

Preparación

1. En una sartén derrite la mantequilla, acitrona la cebolla y el ajo, reserva.
2. Drena el Elote dorado La Costeña® (conserva el líquido) y agrégalo a la cebolla y el ajo.
3. Drena y pica las Rajas rojas de Jalapeño La Costeña® e incorpóralas al elote, cocina por 3 minutos y sazona con la sal y la pimienta. Reserva en un tazón.
4. Añade la Mayonesa con jugo de limón La Costeña® y el líquido del elote
5. Sirve con queso cotija y cilantro picado.



Tiritas de pescado



Preparación
30 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

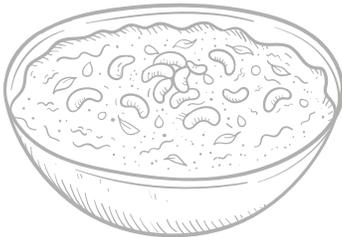
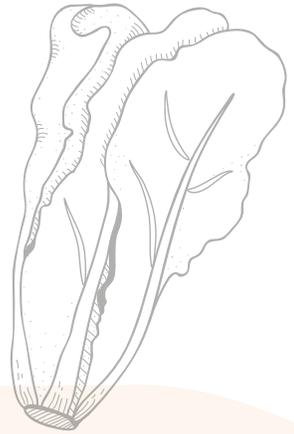
- 4 Filetes de pescado blanco
- 2 cdas de Rajas de Habanero en Escabeche La Costeña®
- 50 g de Cebolla morada -leteada
- 5 cdas de Salsa Negra La Costeña®
- 2 cdas de Cilantro picado
- 80 ml de Jugo de limón
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 1 bolsa de Totopos La Costeña®

Preparación

1. Cortar el filete de pescado en tiras delgadas.
2. Mezclar las tiras de pescado, las Rajas de Habanero en Escabeche La Costeña®, la cebolla morada, la Salsa negra La Costeña®, el cilantro, el jugo de limón, sazonar con sal y pimienta. Dejar reposar en refrigeración por 5 minutos.
3. Acompañar con los Totopos La Costeña®.



Ensalada de Frijoles Negros



Preparación
30 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

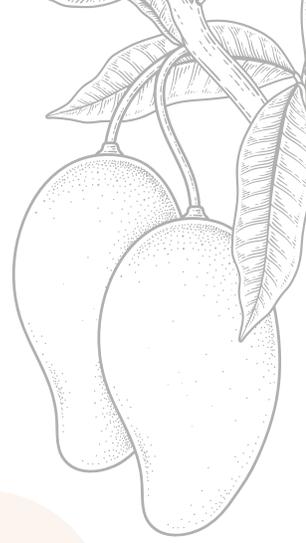
- 2 Cucharadas de Escabeche de los Jalapeños Picados La Costeña®
- 2 Cucharadas de Vinagre de Manzana La Costeña®
- 1 Lata de Garbanzos La Costeña®
- 4 Cucharadas de Jalapeños picados La Costeña®
- 1 Lata de Frijoles Negros Enteros La Costeña®
- 1/2 Cucharada de Orégano
- Sal y pimienta al gusto
- 4 Cucharadas de Aceite
- 1 Taza de Ejotes cocidos
- 1/2 Taza de Pimiento morrón verde picado en cuadros
- 120 g de Pepino en medias lunas
- 1 Varita de Apio rebanado
- 8 hojas de Lechugas mixtas

Preparación

1. Mezcla el Escabeche de los Jalapeños picados La Costeña® con el orégano, la sal, la pimienta, el Vinagre de Manzana La Costeña® y el aceite. Reserva.
2. Drena los Garbanzos La Costeña®, añade el ejote, el pimiento morrón, los Jalapeños Picados La Costeña®, el pepino y el apio. Reserva.
3. Drena los Frijoles Negros Enteros La Costeña® y agrega al resto de los vegetales.
4. Incorpora la vinagreta, mezcla y sirve sobre una cama de lechugas.



Ensalada de lechuga y mango



Preparación
15 min.



Dificultad
Baja



Porciones
4 personas

Ingredientes

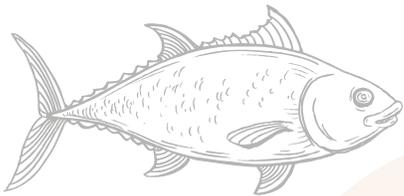
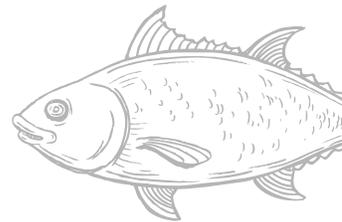
- 1 lata de Mango en Almíbar Rebanadas La Costeña®
- 3 cdas de Mostaza Clásica La Costeña®
- 2 cdas de Vinagre de Manzana La Costeña®
- 1/2 taza de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- Sal y pimienta al gusto
- 8 tazas de Lechugas mixtas
- 1 taza de Pepino sin semillas en medias lunas
- 1 taza de Queso panela en cubos
- 4 cdas de Ajonjolí tostado

Preparación

1. Licúa la mitad de la lata de Mango en Almíbar Rebanadas La Costeña® con la Mostaza Clásica La Costeña®, el Vinagre de Manzana La Costeña®, la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña® y sazona con sal y pimienta al gusto. Reserva.
2. Corta el resto del mango en cubos y combina con las lechugas, el pepino, el queso panela y el ajonjolí.
3. Sirve la ensalada y termina con el aderezo de mostaza y mango.



Atún con salsa de chipotle y durazno



Preparación
30 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

- 8 Rebanadas de Duraznos en Almíbar Rebanadas La Costeña®
- 1 Cda de Aceite vegetal
- 2 Cdas de Cebolla blanca picada
- 6 Cdas de Chipotles Dulces en trocitos La Costeña®
- 8 Cdas de Almíbar del durazno
- Sal y pimienta al gusto
- 2 Cdas de Perejil picado
- 2 Piezas de Medallón de atún
- 1 Cda de Aceite vegeta

Preparación

1. Drena los Duraznos en Almíbar Rebanadas La Costeña® y pícalos en trozos medianos. Reserva.
2. Calienta el aceite y acitronar la cebolla, incorporar los duraznos y cocina por 1 minuto. Agregar la mitad de Chipotles Dulces en trocitos La Costeña®, el almíbar de los duraznos y sazona con sal y pimienta.
3. Añade el perejil y mezcla. Cocina a fuego lento por 2 minutos más, reserva.
4. Unta el medallón de atún con la salsa de chipotle por ambos lados y marina por lo menos 20 minutos.
5. Calienta el aceite y sella el medallón por ambos lados. Corta el atún en láminas y baña con la salsa de chipotle y durazno.



Tostadas de aguacate con jamón de pavo



Preparación
15 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

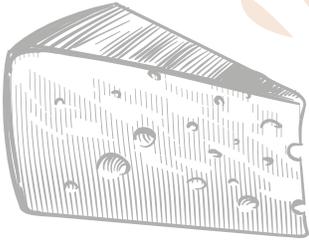
Ingredientes

- 1 taza de Jamón de pavo cortado en cubos de 5x5 mm
- 1 lata de Ensalada Campesina La Costeña®
- 1/2 taza de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 2 cdas de Escabeche de los jalapeños
- 4 cdas de Nachos de Jalapeño La Costeña®
- 2 cdas de Cilantro picado
- Sal al gusto
- Pimienta negra molida al gusto
- 8 piezas de Tostadas de maíz horneadas
- 1 pieza de Aguacate

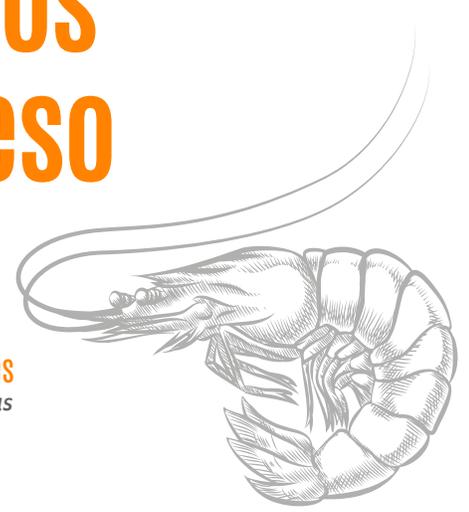
Preparación

1. Mezclar el jamón, la Ensalada Campesina La Costeña® (drenada), el escabeche, los Nachos de Jalapeño La Costeña®, la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña® y el cilantro picado. Sazonar con sal y pimienta al gusto.
2. Colocar rebanadas de aguacate sobre las tostadas de maíz, colocar la ensalada de pavo sobre el aguacate. Servir con Nachos de Jalapeño La Costeña®.





Jalapeños rellenos de camarón y queso



Preparación
30 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

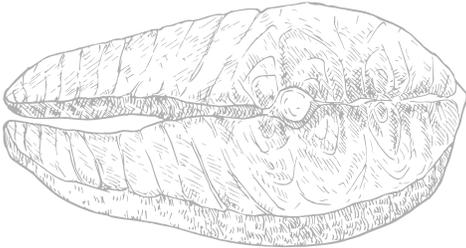
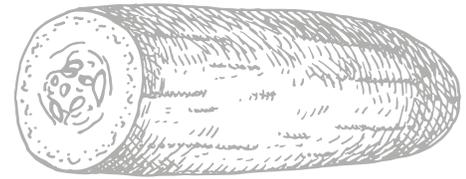
- 6 piezas de chiles jalapeños sin piel y desvenados
- 1/4 de taza de aceite vegetal
- 2 tazas de camarón pacotilla picado
- 1/4 de taza de cebolla blanca picada
- 1/2 taza de jitomate picado
- 1 tetrapack de puré de tomate condimentado La Costeña®
- Sal y pimienta al gusto
- 1 pieza de jugo de limón
- 2 cucharadas de mayonesa con jugo de limón La Costeña®
- 1 taza de harina de trigo
- 3 piezas de huevo
- 1 taza de pan molido
- 1/2 litro de aceite para freír
- 1 taza de queso manchego rallado
- Cilantro picado al gusto

Preparación

1. En un sartén, calentar el aceite vegetal, agregar la cebolla y sofreír. Añadir el jitomate y sazonar. Cocinar por un par de minutos.
2. Agregar el puré de tomate y el jugo de limón. Rectificar la sazón, apagar el fuego y agregar el camarón y la mayonesa con jugo de limón La Costeña®.
3. Rellenar los chiles jalapeños con el guisado de camarón.
4. Pasar los chiles por harina, luego por huevo y finalmente por pan molido.
5. Freír en aceite caliente, escurrir y abrir por el centro.
6. Colocar queso manchego rallado y espolvorear con cilantro. Servir.



Sushi de pepino



Preparación
30 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

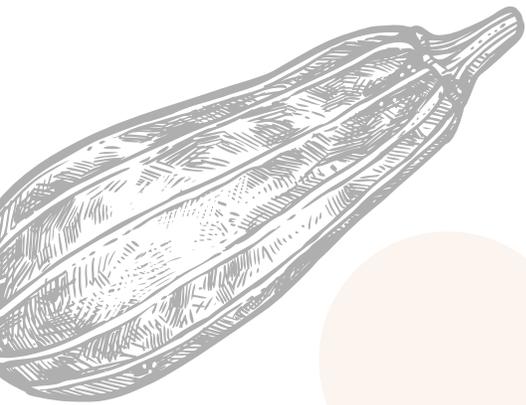
Ingredientes

- 2 piezas de filete de atún fresco
- 1/4 de taza de cebolla morada picada
- 1/2 taza de zanahoria rallada
- 4 ramas de cilantro fresco picado
- 1 manojo de cebollín fresco picado
- 2 piezas de chile serrano picado
- 2 piezas de jugo de limón
- 4 cucharadas de mayonesa con jugo de limón La Costeña®
- 3 piezas de pepino en láminas
- Salsa de soya al gusto

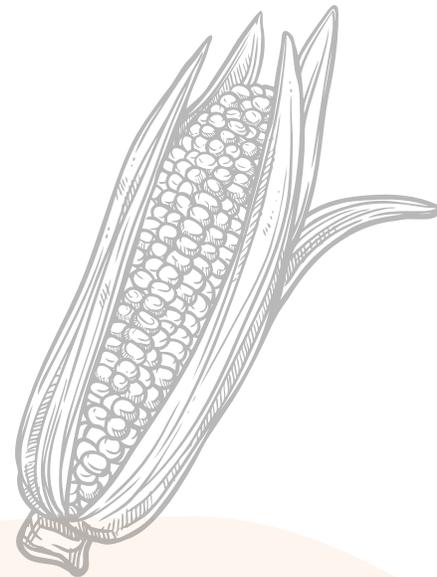
Preparación

1. Cortar el filete de atún en cubos pequeños.
2. En un tazón, mezclar el atún con la cebolla, la zanahoria, el cilantro, el cebollín y el chile serrano.
3. Agregar la mayonesa con jugo de limón La Costeña® y mezclar bien.
4. Extender las láminas de pepino sobre una tabla de manera consecutiva y colocar una línea de relleno al inicio de las láminas.
5. Enrollar apretando bien.
6. Cortar en rodajas tipo sushi.
7. Servir y acompañar con salsa de soya y mayonesa.





Tostaditas de calabaza



Preparación
25 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

- 6 piezas de surimi en tiras
- 1/4 de pieza de cebolla blanca picada
- 3 cucharadas de elote dorado La Costeña®
- 2 cucharadas de cilantro picado
- Sal y pimienta al gusto
- 3 cucharadas de mayonesa con jugo de limón La Costeña®
- 2 piezas de calabaza
- 3 cucharadas de aceite de oliva

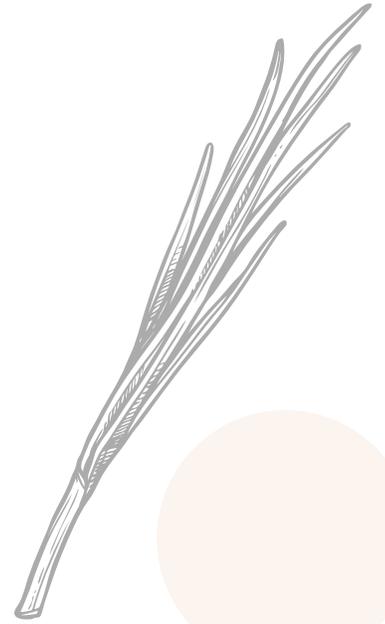
Preparación

1. Mezclar el surimi con la cebolla, el elote, el cilantro, la sal y la pimienta.
2. Agregar la mayonesa con jugo de limón La Costeña® y mezclar bien.
3. Cortar la calabaza en rodajas gruesas.
4. Calentar un sartén con aceite de oliva, sellar las calabazas por ambos lados y sazonar con sal y pimienta.
5. Colocar el relleno de surimi sobre cada rodaja de calabaza.





Palomitas de coliflor



Preparación
30 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas

Ingredientes

- 1 pieza de coliflor precocida
- 4 cucharadas de mayonesa con jugo de limón
- Sal y pimienta al gusto
- 1 taza de harina de trigo
- 2 tazas de mezcla de tempura
- 500 ml de aceite para freír
- 1 manojo de cebollín fresco picado

Preparación

1. Cubrir cada porción de coliflor con harina de trigo, sal y pimienta.
2. Pasar por la mezcla de tempura.
3. Freír inmediatamente hasta que estén doradas.
4. Escurrir en papel absorbente.
5. Acompañar con la mayonesa con jugo de limón y espolvorear con cebollín fresco picado.





Síguenos en nuestras redes sociales



@LaCostenaMx