

RECETARIO



SABORES DE
CUARESMA

La
Costeña®

¡por sabor!®

BOCADILLOS DE SALMÓN



ENTRADA

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 15 MIN.

INGREDIENTES

- 1 tza. de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 1 tza. de Ensalada de Verduras La Costeña®
- 2 cdas. de alcaparras
- 2 tzas. de salmón ahumado en cubos
- Eneldo fresco, al gusto
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 8 pzas. de volovanes de hojaldre

MODO DE PREPARACIÓN

1. En un recipiente, mezcla la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña® con la Ensalada de Verduras La Costeña®, las alcaparras, el salmón, el eneldo, la sal y la pimienta hasta integrar.
2. Corta los volovanes por la mitad y rellénalos con la mezcla de salmón.
3. Coloca la tapa del volován y sirve de inmediato.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



ARROZ FRITO CON TAMPICO



ENTRADA

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MIN.

INGREDIENTES

- 2 tazas. de arroz para sushi, cocido
- 1 L de aceite para freír
- 1 tza. de Mayonesa de Chipotle La Costeña®
- ½ tza. de queso crema
- ¼ tza. de Jalapeños Picados La Costeña®
- 2 tazas. de surimi en cubitos
- 1 pza. de limón (jugo)
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- ¼ tza. de Elote Dorado La Costeña®
- Cebollín picado al gusto

MODO DE PREPARACIÓN

1. Forma cubitos de arroz para sushi y frielos en aceite caliente hasta que estén dorados; deja escurrir sobre papel absorbente.
2. En un recipiente, mezcla el queso crema previamente acriado con la Mayonesa de Chipotle La Costeña®, los Jalapeños Picados La Costeña®, el jugo de limón y el surimi. Sazona con sal y pimienta.
3. Coloca la mezcla sobre los cubitos de arroz frito.
4. Sirve y agrega como topping el Elote Dorado La Costeña® y el cebollín. Acompaña con salsa de soya, al gusto.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



SETAS RELLENAS



PLATO FUERTE

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MIN.

INGREDIENTES

- 8 pzas. de setas
- Aceite de oliva al gusto
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 1 cda. de aceite
- ¼ pza. de cebolla picada
- 1 cdta. de ajo picado
- 2 tzas. de espinacas fileteadas
- 1 tza. de Ensalada Campesina La Costeña®
- ½ tza. de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 1tza. de camarones asados

MODO DE PREPARACIÓN

1. Coloca las setas en una charola para horno, rocía con aceite de oliva y sazona con sal y pimienta.
2. Hornea a 180 °C durante 5 a 10 minutos; retira del horno y reserva.
3. En una sartén caliente con aceite, sofríe la cebolla y el ajo; agrega las espinacas y cocina hasta que se suavicen.
4. En un recipiente, mezcla el guisado de espinacas con la Ensalada Campesina La Costeña® y la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®.
5. Rellena las setas horneadas con la mezcla anterior y coloca como topping los camarones asados. Sirve de inmediato.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



CRUJIENTE DE ATÚN



ENTRADA

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MIN.

INGREDIENTES

- 2 tzas. de atún fresco en cubos
- ¼ tza. de jugo de limón
- 2 cdtas. de salsa de soya
- ¼ tza. de cebolla morada picada
- 1 pza. de aguacate en cubos
- Ajonjolí negro al gusto
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- ¼ tza. de Elote Dorado La Costeña®
- 8 pzas. de hojas de arroz
- 1 L de aceite para freír
- 4 cdtas. de Mayonesa de Chipotle La Costeña®

MODO DE PREPARACIÓN

1. En un recipiente, mezcla el atún con el jugo de limón, la salsa de soya y la cebolla morada. Reserva en refrigeración durante 15 minutos.
2. Incorpora el aguacate en cubos, el ajonjolí y el Elote Dorado La Costeña®.
3. Fríe las hojas de arroz en aceite caliente hasta que se inflen y queden crujientes; escúrralas sobre papel absorbente.
4. Rellena los crujientes de arroz con la mezcla de atún y agrega la Mayonesa de Chipotle La Costeña® al gusto.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



ENSALADA CON PALOMITAS DE PESCADO



PLATO FUERTE

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MIN.

INGREDIENTES

- 2 tzas. de filete de pescado en cubos
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 1 tza. de harina
- 2 pzas. de huevo
- 2 tzas. de pan molido
- 1 L de aceite para freír
- 3 tzas. de mix de lechugas
- 1 tza. de col morada fileteada
- 1 tza. de zanahoria rallada
- 4 cdas. de Aderezo de Mayonesa Ligero La Costeña®
- ¼ tza. de Elote Dorado La Costeña®

MODO DE PREPARACIÓN

1. Sazona los cubos de pescado con sal y pimienta; pásalos por harina, sumérgelos en el huevo batido y empanízalos con el pan molido.
2. Fríe las palomitas de pescado en aceite caliente hasta que estén doradas; escúrrelas sobre papel absorbente.
3. En un recipiente, mezcla el mix de lechugas con la col morada, la zanahoria y el Aderezo de Mayonesa Ligero La Costeña®
4. Agrega el Elote Dorado La Costeña® y las palomitas de pescado fritas. Sirve de inmediato.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®

**La
Costeña®**

SPRING ROLLS CRISPY



PLATO FUERTE

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 20 MIN.

INGREDIENTES

- 1 tza. de Aderezo de Mayonesa La Costeña®
- ¼ tza. de Salsa Negra La Costeña®
- 1 tza. de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- ½ taza de Salsa Cátup La Costeña®
- 12 pzas. de hojas de won ton
- 12 pzas. de camarón limpio
- 1 L de aceite para freír
- Lechuga italiana al gusto

MODO DE PREPARACIÓN

1. En un recipiente, mezcla el Aderezo de Mayonesa La Costeña® con la Salsa Negra La Costeña®.
2. En otro recipiente, prepara un dip mezclando la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña® y la Salsa Cátup La Costeña®; reserva.
3. Envuelve los camarones en las hojas de won ton y fríelos en aceite caliente hasta que estén dorados; escúrrelos sobre papel absorbente.
4. Sirve los rollitos de camarón fritos sobre una cama de lechuga y acompaña con los aderezos.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



PAPAS RELLENAS DE ATÚN



PLATO FUERTE

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 45 MIN.

INGREDIENTES

- 4 pzas. de papa alfa
- Aceite de oliva al gusto
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- Finas hierbas al gusto
- 4 tzas. de atún en agua, drenado
- 4 cdas. de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- ¼ tza. de aceitunas picadas
- ¼ ttza.a de jitomate picado
- Queso parmesano rallado al gusto
- Perejil picado al gusto

MODO DE PREPARACIÓN

1. Coloca las papas sobre un cuadro de papel aluminio, rocía con aceite de oliva y sazona con sal, pimienta y finas hierbas. Envuélvelas y hornea a 180 °C durante 30 minutos.
2. En un recipiente, mezcla el atún con la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®, las aceitunas y el jitomate; sazona al gusto.
3. Una vez cocidas las papas, ahúécalas por el centro y rellénalas con la mezcla de atún.
4. Espolvorea con queso parmesano y perejil. Sirve de inmediato.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



DIP DE MAYONESA Y AJO



ENTRADA

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 25 MIN.

INGREDIENTES

- 1 pza. de pechuga de pollo sin hueso
- ½ tza. de harina
- 1 pza. de huevo
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 1 tza. de pan molido
- Aceite para freír al gusto
- 4 pzas. de Chipotle Adobado La Costeña®
- 1 frasco de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- ¼ tza. de Vinagre de Manzana La Costeña®
- ¼ tza. de perejil picado

MODO DE PREPARACIÓN

1. Corta la pechuga de pollo en tiras.
2. Bate el huevo y sazona con sal y pimienta.
3. Pasa las tiras de pollo por la harina, luego por el huevo y empanízalas con el pan molido. Frielas en aceite caliente hasta que estén doradas y escúrrelas sobre papel absorbente.
4. Pica los Chipotles Adobados La Costeña® y reserva.
5. En un tazón, mezcla la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®, el chipotle picado, el Vinagre de Manzana La Costeña® y el perejil. Sazona con sal y pimienta.
6. Sirve el dip en tazoncitos y coloca las tiras de pollo dentro o acompaña como dip.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



DIP HORNEADO



ENTRADA

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 15 MIN.

INGREDIENTES

- 8 tzas. de espinaca baby
- 2 cdas. de aceite vegetal
- ¼ pza. de cebolla picada
- 1 pza. de ajo picado
- ½ tza. de papa cocida en cubos
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- ¼ tza. de crema ácida
- ½ frasco de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- Pan molido, una pizca
- ½ taza de queso manchego en cubos
- Rebanadas de pan tostado con ajo, al gusto

MODO DE PREPARACIÓN

1. Filetea la espinaca baby y reserva.
2. En una sartén caliente con el aceite, sofríe la cebolla y el ajo; agrega la papa y la espinaca, y cocina durante 3 minutos. Sazona con sal y pimienta.
3. En un tazón, mezcla la espinaca cocida con la crema ácida, la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña® y el pan molido.
4. Vierte la mezcla en un refractario, agrega los cubos de queso manchego y hornea a 180 °C durante 10 a 15 minutos.
5. Sirve caliente y acompaña con pan tostado con ajo.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



ROLLOS DE LECHUGA



PLATO FUERTE

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 1 HORA

INGREDIENTES

- 2 rebanadas de Piña en Almíbar La Costeña®
- 4 latas de atún en agua, drenado
- 4 cdas. de Aderezo de Mayonesa Ligero La Costeña®
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 12 hojas de lechuga francesa
- 1 pza. de jitomate picado
- ¼ pza. de pepino en bastones
- ½ pza. de zanahoria en bastones

MODO DE PREPARACIÓN

1. Pica la Piña en Almíbar La Costeña® y reserva.
2. En un tazón, mezcla el atún con el Aderezo de Mayonesa Ligero La Costeña® y sazona con sal y pimienta.
3. Coloca las hojas de lechuga francesa sobre un plato y rellena con la mezcla de atún (aprox. 40 g por rollo).
Agrega jitomate picado, Piña en Almíbar La Costeña® y los bastones de pepino y zanahoria.
4. Sirve tres rollos por plato.

SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



JALAPEÑOS RELLENOS DE CAMARÓN Y QUESO



PLATO FUERTE

PORCIONES: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MIN.

INGREDIENTES

- 6 pzas. de Chiles Jalapeños Enteros La Costeña®, sin piel y desvenados
- 60 ml de aceite vegetal
- 2 tzas. de camarón pacotilla, picado
- 40 g de cebolla blanca picada
- ½ tza. de jitomate picado
- 1 tetrapack de Puré de Tomate Condimentado La Costeña®
- Sal al gusto
- Pimienta, al gusto
- 1 pza. de limón (jugo)
- 2 cdas. de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 1 tza. de harina de trigo
- 3 pzas. de huevo
- 1 tza. de pan molido
- ½ L de aceite para freír
- 1 tza. de queso manchego rallado
- Cilantro picado al gusto

MODO DE PREPARACIÓN

1. En una sartén, calienta el aceite vegetal; agrega la cebolla blanca y sofríe. Incorpora el jitomate picado, sazona con sal y pimienta y cocina por un par de minutos.
2. Añade el Puré de Tomate Condimentado La Costeña® y el jugo de limón; rectifica el sazón. Retira del fuego e incorpora el camarón y la Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®.
3. Rellena los Chiles Jalapeños Enteros La Costeña® con el guisado de camarón.
4. Pasa los chiles por harina, luego por el huevo batido y empanízalos con el pan molido.
5. Frielos en aceite caliente hasta que estén dorados; escúrrelos sobre papel absorbente y ábrelos ligeramente por el centro.
6. Agrega por encima el queso manchego rallado y espolvorea cilantro picado. Sirve de inmediato.



SABORES DE CUARESMA | LA COSTEÑA®



SÍGUENOS EN
NUESTRAS REDES SOCIALES



@LACOSTENAMX



¡por sabor!®