

El California Beef Council le invita a que

Abras las Puertas de Tu Cocina...



Recetas

Cocido de res estilo Jalisco:

Ingredientes Para Ocho personas.

- Un hueso Marcol para sopa
- 2 libras de costilla cortada en pedacitos pequeños
- 4 patitas de chamanero
- 2 libras de trocitos de pechito
- Una col o repollo mediana
- 4 zanahorias grandes
- 4 calabacitas
- Media libra de ejotes verdes
- 2 ajos blancos
- 2 papas grandes
- Una cebolla blanca grande
- Un tomate rojo
- Dos dientes de ajo
- Un manojo de cilantro.

En una olla de 12 litros, añada 6 litros de agua. Ponga el agua a hervir. Una vez que hierve, agregue el hueso blanco y cocínalo por media hora. Agregue los costillos, las trocitos de pechito, el chamanero, el tomate y la cebolla ambos cortados en cruz, los dos dientes de ajo sin pelar y sus 4 patitas. Cuando este la carne por lasandarse, agregue todas las verduras previamente cortadas y partidas en trozos al gusto. Una vez está listo el cocido, agregue unas ramas de cilantro y apaga. Sirvalo caliente.

Carne con chile y rajas estilo Doña Raquel.

Ingredientes Para Ocho personas.

- 1 libra de Biste de Patachilla
- 1 libra y media de tomates rojos y maduros
- Ocho chiles serranos verdes lo al gusto
- 3 dientes de ajo picados
- 4 chiles pasilla verdes
- Sal y pimienta al gusto

En un comal ase los chiles serranos y los tomates rojos a fuego medio, volteándolos regularmente. Una vez estando bien asados y sin remover la piel quemada, píngalos en la licuadora hasta crear una salsa espesa sin agregar agua. Déjala reposar.

A fuego directo, ase los chiles pasilla hasta que toda la piel está quemada. Píngalos en una licuadora hasta crear una salsa espesa sin agregar agua. Déjala reposar.

En una sartén, ponga 2 cucharadas de aceite de maíz añada la carne previamente cortada en cuadrillos al gusto, agregue los 2 dientes de ajo y sal al gusto y no tape la sartén hasta que la carne se cocine en su propio jugo. Al empezar la carne a dorarse, se agrega la salsa y un poco de agua, déje que hierva y al final agregue las rajas. Presente al gusto.



5726 Sonoma Dr., Suite A • Pleasanton, CA 94566
Tel: (925)484-3333 • E-mail: calbeef@calbeef.org

...a la

Carne de Res



Beneficios que Brinda el Consumo de Carne de Res:

La Carne de Res tiene Muchas Vitaminas como estas:

**B12 • Hierro
Fósforo • Potasio**



Preparando Carne:

Descongele la Carne que va a Consumir de 12 a 24 Horas antes de que sea Utilizada Dentro del Refrigerador.



La Carne no debe Lavarse antes de Utilizarla



Carne asada estilo Don Rubén:

Ingredientes para ocho personas:

- 5 libras de carne de chuleta de res con hueso
- Dos cabezas de ajo
- Machoquillos en un molcajete de piedra junto con dos cucharadas soperas de sal y una cucharada de pimienta negra entera
- Agregue 8oz de jugo de limón verde recién exprimido.

En una bandeja de tamaño medio, ponga la carne y agregue los ingredientes.

Ponga la carne a reposar 24 horas y Buen provecho.

Lomo a la Rebekina Mondragón

Ingredientes para ocho personas:

- 5 libras De Lomo De Res
- 2 Cebollas Grandes
- Sal al Gusto
- Consomé en Polvo al Gusto
- Pimiento Verde Entero
- 3 Dientes De Ajo
- 3/4 De Taza De Vinagre De Coñac
- 1.5 Sanguis Señorial

Preparación:

El lomo se pica tanto y se licúa la cebolla, el ajo, la sal, el consomé de pollo, la pimienta y el vinagre, y con la mezcla se macera el lomo un día.

Al día siguiente se saca el lomo de la mezcla (guardar lo que sobra de la mezcla) y se dora en aceite para sellar la carne, una vez sellada, se pone en un refractario de vidrio y se le agrega el sobrante de la mezcla donde se maceró.

Se mete al horno unos 10 minutos a 350 grados hasta que se consuma el jugo con el cual se maceró la carne.

Luego se le vacía la **Sanguis Señorial** por partes y se tapa con papel aluminio. Cuando se empieza a consumir la **Sanguis Señorial** se le vacía el resto y se deslupa para que el lomo se dore y el jugo espese. Se puede servir con puré de manzana o con mandarina al horno.