

Menudo de Hongos

Delicioso menudo de hongos, para los que acostumbramos los fines de semana desayunar o almorzar antojitos, este es el típico en muchos estados y les he traído la mejor versión de todas ¿recuerdas que te prometí que nunca te faltaría nada?

Tiempo de preparación: 20 minutos

Ingredientes

(4 porciones)

- 8 chiles guajillo
- 3 chiles de árbol (opcional)
- 2 dientes de ajo
- 3 clavos de olor o 1 cdita. de clavo en polvo
- 1 cdita. de orégano
- 1 cdita. de comino en polvo
- 1/4 de pieza de cebolla mediana
- 4 cdas. de aceite
- 300 grs. de mezcla de hongos cortados en rodajas (setas, portobellos, champiñones) puedes usar solo uno de ellos o dos diferentes
- 2 jitomates
- 3 hojas de laurel
- 1 1/2 litros de agua
- 2 cdas. de consomé vegetal (Opcional)
- Sal y pimienta
- Cebolla picada, limón y orégano para acompañar

Preparación

En medio litro de agua hierva los chiles guajillo y de árbol hasta que se ablanden, retira del fuego y deja enfriar un poco. Vierte en la licuadora los chiles junto con el agua de cocción y agrega, el ajo, la cebolla, los jitomates, el comino, el orégano, el clavo, el consomé vegetal y licúa hasta obtener una pasta.

En una cacerola amplia calienta el aceite y fríe los hongos con un poco de sal y un poco de orégano, solo 3 minutos moviendo constantemente. Pon un colador grande sobre la cacerola donde freíste los hongos y vierte la pasta y agrega poco a poco el resto del agua moviendo con una cuchara para dejar pasar el líquido.

Si lo requiere vierte una taza más y exprime muy bien con la cuchara y el colador la mezcla de chiles. Quita el colador, mueve e incorpora los ingredientes, prueba de sal. Agrega 3 hojas de laurel y deja cocinando 10 minutos a fuego bajo. Sirve bien caliente y agrega cebolla picada, y gotas de limón.

¡Comparte!

Te Puede Interesar: Caldo Tlalpeño

Portobellos a la Mexicana

Esta receta es la imitación perfecta para el bistec a la mexicana tan popular en nuestra gastronomía. **Te prometí que no extrañarías nada.** Armarás tremenda taquiza con esta receta. La prepararás en minutos y es ¡deliciosamente mexicana!

Tiempo de preparación: 20 minutos

Ingredientes

(4 personas)

- 4 portobellos grandes
- 4 chiles cuaresmeños
- 20 jitomates cherry o 4 jitomates
- 2 dientes de ajo
- 4 cebollitas cambray
- 1 cda. de consomé vegetal
- 1 cdita. de clavo en polvo
- 1 cdita. de pimienta molida
- 2 cdas. de salsa de soya
- 2 limones
- 1/2 kilo de tortillas

PARA LA SALSA VERDE CRUDA

- 2 chiles cuaresmeños
- 1 diente de ajo
- ¾ de taza de agua
- 1 cdita. de consomé vegetal
- 2 ramas de cilantro

Preparación

Filetea los portobellos y reserva, corta los chiles cuaresmeños en rodajas (si deseas que no pique nada este platillo, desvénalos y remójalos durante 20 minutos en agua con sal) Corta las cebollitas a la mitad por lo largo, pica los ajos finamente.

En un wok o sartén amplio calienta 4 cdas. de aceite cuando esté caliente fríe el ajo y la cebolla, moviendo constantemente, cuando estén transparentes agrega los chiles y el jitomate (si usaste jitomate convencional pícalo en cubos medianos) baja el fuego y agrega los portobellos, el consomé vegetal, la pimienta y el clavo y la salsa de soya. Mezcla y cocina por 5 minutos más, apaga y acompaña con tortillas, limón y salsa verde cruda.

Para la salsa:

Muele todos los ingredientes de manera intermitente hasta que queden martajados.

¡Comparte!

Te Puede Interesar: 6 recetas para la mejor de las taquizas

Setas en su Jugo

La cocina mexicana es un tesoro de sabores, tradiciones y momentos compartidos en torno a la mesa. Entre esos platillos icónicos que han unido generaciones, el “carne en su jugo” ocupa un lugar especial.

Sin embargo, en esta versión reinventada, traemos todo el sabor y la calidez de la receta original, pero con un giro consciente: Setas en su jugo.

Es una muestra de cómo es posible mantener viva la herencia gastronómica, mientras nos adaptamos a un mundo más ético y sostenible.

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(6-8 porciones)

- 1 kg. de Setas
- 4 tazas de frijoles de la olla
- ½ kg. de tomate verde pelado y lavado
- 2 chiles serranos
- 2 dientes de ajo
- 1/4 de taza de salsa de soya (si es muy salada usa menos)
- 1/2 cebolla fileteada o 3 cebollitas cambray
- 1/2 cda. de comino en polvo
- 1/2 cda. de pimienta granulada
- 1 cdita. de clavo en polvo
- 1/2 taza de cilantro
- 1 1/2 litro de agua o caldo de frijoles
- Aceite
- Cilantro y cebolla picados para acompañar
- Limón para acompañar

Preparación

Licúa los tomates con caldo de frijoles o agua, chile serrano, comino, pimienta, clavo, salsa de soya y reserva. Fríe las setas fileteadas con cebolla, ajo, comino en polvo y pimienta hasta dorar.

Vierte la mezcla licuada y ajusta sazón con más salsa de soya si es necesario. Cuando hierva, agrega más caldo o agua y los frijoles.

Cocina a fuego bajo por 10 minutos. Sirve con cilantro, cebolla, limón y tortillas.

¡Comparte esta Receta!

También te Puede Interesar: Birria Vegana

Tacos de Setas al Pibil

El pibil es un platillo originario de la península de Yucatán, conocido por su increíble combinación de sabores a chiles, achiote y especias que le dan su característico color rojo y un sabor profundo. Tradicionalmente cocido en hornos bajo tierra, el pibil ha sido un elemento básico en la gastronomía mexicana por siglos, especialmente en festividades y ocasiones especiales.

En esta versión vegana, las setas absorben todos los sabores ricos y ahumados del pibil, sin perder la esencia del platillo. El resultado es un platillo lleno de sabor y tradición, donde los chiles y el achiote crean una experiencia que transporta a los mercados y cocinas de Yucatán. Las setas al pibil son una deliciosa forma de disfrutar este clásico mexicano de manera ética y libre de crueldad, manteniendo vivas nuestras tradiciones con cada bocado.

Tiempo de preparación: 20 minutos

Ingredientes

(2 personas)

- 500 grs. de setas deshebradas
- 1 cda. de achiote
- 1/2 taza de jugo de naranja natural
- 2 pzas. de chile guajillo hidratados y sin semillas
- 1/2 cebolla blanca
- 2 dientes de ajo
- 1/4 de taza de caldo de verduras
- 1 cda. de orégano
- 1 cda. de sal
- 1/2 cda. de pimienta
- 1 cda. de aceite de oliva
- 1 cda. de ajo finamente picado
- 1 cda. de tomillo en polvo
- 2 hojas de laurel
- Tortillas de maíz para servir

Preparación

Licúa el achiote con el jugo de naranja, el chile guajillo, la cebolla blanca, un diente de ajo, el caldo de verduras, el orégano, la sal y la pimienta.

En una cacerola fríe el ajo picado con las setas y un poco de sal, después de 5 minutos agrega el tomillo, la salsa de achiote, el laurel y cocina a fuego lento por 10 minutos o hasta reducir, moviendo constantemente para que no se peguen.

Arma tus tacos y disfruta, sirve con cebolla desflemada.

¡Comparte!

Te Puede Interesar: Sustitutos de la Carne a la Comida Vegana

Tacos de Setas Tipo tripa

Si eres de los que no perdonan sus taquitos de la esquina, con su buena dosis de cilantro, cebolla, salsa bien picosa y su chorrito de limón, ¡esto es para ti! Porque no tienes que dejar atrás ese entusiasmo que nos llena el corazón y el estómago cada vez que pensamos en los tacos callejeros que tanto amamos.

Los tacos son más que comida: son cultura, son familia, son antojo a cualquier hora del día. Y estos tacos de setas tipo tripa te lo demuestran. Llenos de sabor, con ese toque callejero que nos hace tan felices, pero con una gran diferencia: son completamente libres de crueldad.

Ingredientes

- ½ kilo de setas
- 1 cda. de consomé vegetal en polvo
- 1 cda. de pimienta blanca molida
- 4 cdas de aceite
- Tortillas taqueras
- Cebolla, cilantro, limones y

Preparación

Deshebra las setas, en un recipiente mezcla el consomé y la pimienta y condimenta las setas, incorpora con tus manos. Este paso es crucial: si tienes una plancha es lo más recomendable, si no en un sartén muy amplio calienta el aceite y fríe hasta que doren sin tapar para que no suelten agua. No muevas mucho, unas 4 veces en el lapso de 8 minutos es suficiente, arma tus tacos y disfruta.

¡Comparte!

También te Puede Interesar: Tacos de Chilorio de Yaca

Tacos Estilo Baja de Papa

Hay varias maneras de preparar tacos estilo baja, recientemente preparé estos tacos a base de papas hashbrown, son estas papas que encuentras en el área de congelados en los supermercados, me sorprendió lo barato, fácil y en minutos que pude preparar tacos estilo Baja California.

Te comparto esta nueva manera de preparar estos tacos, que además de ser deliciosos no contienen ingredientes de origen animal.

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(12 tacos)

- 4 papas hashbrown
- 2 hojas de alga nori

Para el capeado:

- 1/2 taza de harina de trigo
- 1/4 taza de harina de maíz
- 3 cucharadas de fécula de maíz
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- 1 cucharadita de vinagre de manzana
- 1 taza de cerveza clara o agua mineral
- 1 cdita. de ajo en polvo
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite

PARA SERVIR

- Mayonesa de garbanzo con chipotle
- Mix de pico de gallo con col
- 12 tortillas
- Limones
- Salsa habanera (opcional)

Preparación

Corta las papas hashbrown en tres partes a lo largo, corta en 6 partes cada hoja de alga nori, envuelve cada una de las papas con alga nori humedecida.

Mezcla todos los ingredientes del capeado (menos el aceite) hasta hacer una mezcla homogénea, la cerveza o el agua mineral viértela poco a poco hasta que logres la consistencia como de mezcla para hotcakes. Calienta 2 tazas de aceite en una cacerola pequeña, cada filete de papa envuelto en alga nori pásalo por la mezcla del capeado.

Fríe cada uno en aceite muy caliente hasta que inflen y doren. Escurre en papel absorbente y arma tus tacos. Sirve con col morada, Mayonesa de garbanzo con chipotle pico de gallo con col, salsa habanera y limón.

¡Comparte esta Receta!

Te Puede Interesar: Pulpo Vegano

Coctel de Setas

¡Prepárate para disfrutar de un cóctel de setas que no solo es exquisito, sino también éticamente responsable! Al elegir esta opción, no solo evitas el sufrimiento de los animales acuáticos, sino que también te deleitas con un sabor único y envolvente. Las setas, con su textura jugosa y su perfil de sabor profundo, se convierten en la estrella de este platillo, ofreciendo una experiencia culinaria que encantará a todos en la mesa.

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(4 porciones)

- 500 grs. de setas
- Jugo de 2 limones
- 4 tazas de agua
- 2 cdas. de vinagre de manzana
- ½ taza salsa cátsup
- ½ taza de jugo de 7 verduras
- 1 cda. de salsa picante
- 1 cdita. salsa inglesa
- 1 tomate rojo picado
- ½ pepino en cubitos
- 2 cdas. cebolla morada picada
- 2 cdas. cilantro o al gusto
- 2 a 3 limones o al gusto
- 3 cdas. de alga nori en polvo
- Sal y pimienta al gusto

Preparación

Deshebra las setas, en un recipiente remójalas con 4 tazas de agua, el jugo de los dos limones y el vinagre por 30 min. Para el coctel en un refractario amplio mezcla todos los demás ingredientes, incorpora las setas escurridas y revuelve, sirve en copas cocteleras, decora con aguacate y cómelo con galletas saladas!

¡Comparte!

Te Puede Interesar: Veg-Atún