

Comparte su mexicanidad en Nueva York

AMA SU GASTRONOMÍA

Platillos servidos al centro en Zarela Restaurant, reflejan a la dádiosa chef

Stephanie Quiles

Los chiles en nogada poblanos, el mole verde oaxaqueño, la cochinita pibil yucateca y el huachinango veracruzano son algunos aromas y sabores con los que la chef Zarela Martínez transporta, momentáneamente a México, a los nostálgicos paisanos que residen en Nueva York y hace partícipes de nuestra cultura a los comensales internacionales.

“Mi misión en la vida es compartir la tradición de mi país, lo he podido hacer por medio de la cocina y es muy satisfactorio recibir a mucha clientela mexicana y, de igual manera, norteamericana, japonesa y de la India, de todas las edades; disfrutan que mis platos se sirven en porciones para compartir y al centro”, comenta la cocinera, quien confiesa tener más gusto por el mezcal pero que empieza a aprender a beber tequila.

De esta forma, Zarela ha logrado en el público internacional, incrementar y dirigir su complacencia hacia la cocina mexicana regional.

“Es muy difícil mantener un restaurante por 22 años, hay que reinventarse, por ejemplo cada fin de semana tengo un menú especial ya sea de Oaxaca, Jalisco, Yucatán u otros Estados; por eso es importante y busco estar en contacto con México, viajando y conociendo a muchísima gente que me cuenta sus historias y sus recetas”, añade.

En cada bocado sobre las mesas de Zarela, se perciben memorias de innumerables visitas llenas de folclor. Por ejemplo, se aprecia la diversidad étnica en sus moles oaxaqueños, y de Veracruz sus quelites y hierbas de la montaña.

“Hace 20 años no venía a Guadalajara, esta vez me llevo la birra; es cierto que ya la conocía pero no me había tocado probar una tan rica como la de La Birriería de Guadalajara, en el Mercado de San Juan de Dios.

“Hasta mi próxima visita extrañaré los mercados, que aunque los hay en Nueva York, nunca serán igual de coloridos a los de México y su gente”.

En línea

Como parte de la constante búsqueda por compartir la cultura mexicana, Zarela Martínez ofrece en su página web distintas recetas de platillos tradicionales, un espacio para contactarla e interactuar, además de videos breves y prácticos para aplicar en la cocina.

www.zarela.com



PLATO FUERTE

Pescado con mole verde

(6 PORCIONES)

Pescado:

- > 1 cucharada de tomillo deshidratado triturado
- > 1 cucharada de semillas de anís
- > 1 cucharada de chile rojo en polvo
- > Sal al gusto
- > 6 filetes de pescado basa
- > Hoja santa, las necesarias
- > Aceite de oliva

Mole verde:

- > 8 clavos de olor
- > 1 cucharadita de semillas de comino
- > 3 chiles jalapeños
- > 6 tomates verdes grandes sin cáscara
- > 1 cebolla pequeña en trozos
- > 5 dientes de ajo pelados
- > 2 ramitas de tomillo fresco
- > 2 ramitas de mejorana fresca
- > 6 tazas de caldo de pollo
- > 1 taza de masa fresca de maíz
- > 1 taza de agua
- > 1 manojo mediano de perejil italiano

- > 1/4 de taza de epazote deshidratado y triturado
- > 3 hojas santas grandes frescas ó 5 deshidratadas

PREPARACIÓN ⌚ 45 minutos

Pescado:

Mezclar el tomillo, anís, chile y sal en un procesador hasta que estén completamente incorporados y en polvo.

Esparcir la mezcla por ambos lados de los filetes de pescado y dejar reposar 15 minutos. Envolver los filetes con hoja santa y pincelar aceite de oliva, dejar por otros 15 minutos.

Cocinar el pescado a fuego lento durante 6 minutos.

Mole verde:

Moler el clavo y semillas de comino con un triturador o mortero; y vaciar a una licuadora junto con los jalapeños, tomates, cebolla, ajo, tomillo, mejorana y 1/2 taza de caldo de

pollo o cerdo, licuar hasta formar un puré.

Verter el resto del caldo a una cacerola y hervir, bajar la flama a fuego lento y añadir el puré; cocinar sin tapar durante 3 minutos.

Adelgazar la masa con una taza de agua, verter rápidamente al caldo e incorporar; dejar cocinar 10 minutos a fuego bajo, revolviendo de vez en cuando.

Si se forman grumos, colar la mezcla y regresar al fuego; debe quedar con textura espesa, si es necesario, incrementar el fuego para espesar.

Licuar el perejil, epazote y hojas santas, si es necesario añadir un poco de agua, hasta convertirlos en puré; adicionar la mezcla al caldo y cocinar 5 minutos.

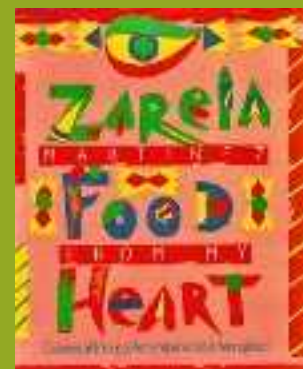
Verter el mole en un plato hondo y añadir el pescado.

Si desea, puede añadir frijoles cocidos antes del mole.

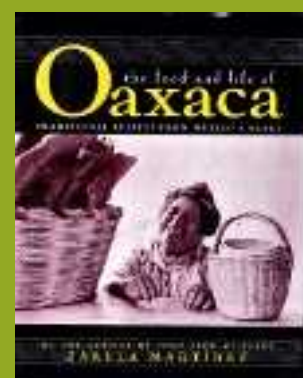
Recetas: Zarela Martínez.

Directo a los libros

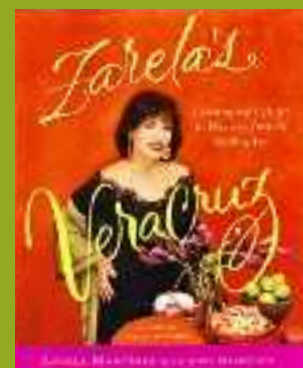
Hasta hoy, son tres los libros de la reconocida chef mexicana:



> Food from My Heart (1992)



> The Food and Life of Oaxaca (1997)



> Zarela's Veracruz (2001)
Venta: www.amazon.com

ENTRADA



Garnachas de masa cocida con camote

(6 PORCIONES)

Garnachas:

- > 1 camote amarillo mediano cocido, suave y sin piel
- > Agua
- > 2 cucharaditas de sal
- > 500 gramos de masa de maíz
- > Aceite vegetal para freír

Salsa Los Tuxtlas:

- > 2 chiles serrano desvenados y finamente picados
- > 1 cucharada de cebollín finamente picado
- > 1/2 taza de cebolla morada finamente picada
- > 1 taza de agua fría
- > 1/4 de taza de jugo de limón
- > 1 cucharadita de sal

Cubierta:

- > 3/4 de taza de frijoles refritos con mantequilla
- > 1 papa mediana cocida, pelada y cortada en dados pequeños
- > 3/4 de taza de chorizo
- > 30 gramos de queso fresco o Cotija desmoronado
- > 3/4 de taza de salsa Los Tuxtlas
- > 1/2 taza de crema

PREPARACIÓN ⌚ 1 hora y 15 minutos

Garnachas:

Machacar el camote y reservar. En una cacerola grande, añadir agua hasta cubrir 6 centímetros y medio, agregar la sal y hervir. Dividir la masa en 4 piezas y darles forma redonda, adicionarlas a la cacerola y dejarlas cocinar tapadas, sin que se toquen una con otra, durante 15 minutos a fuego medio-alto.

Drenar, agregar al puré de camote y machacar hasta incorporar, transferir a un procesador y activarlo durante 2 minutos hasta que la textura sea suave.

Formar 15 bolas como de ping-pong con la masa, colocarlas sobre una superficie plana y darles forma ovalada con los dedos; si no se van a cocinar inmediatamente, colocarlas en las charolas para hornear con papel encerado y cubrir con un pañuelo, pueden durar hasta 4 horas antes de cocinarlas.

Verter el aceite en una cazuela y freír los óvalos de masa por ambos lados hasta tomar un color dorado; secar con toallas de papel absorbente.

Salsa Los Tuxtlas:

Combinar todos los ingredientes en un recipiente y refrigerar durante una hora antes de servir.

Cubierta:

Rellenar las garnachas con una cucharada de frijoles, colocar un poco de papa, chorizo, cubrir con queso y verter crema y salsa.

ENTRADA

Chiles jalapeños rellenos en vinagreta

(6 PORCIONES)

- > 24 chiles jalapeños con tallo
- > 6 tazas de agua
- > 1/4 de taza de azúcar
- > 2 cucharadas de café instantáneo
- > 1/2 taza de vinagre de sidra
- > 1 cabeza de ajo, separada en dientes y sin piel
- > 1/2 taza de aceite de oliva
- > 1 cebolla blanca finamente picada
- > 1 jitomate grande maduro, pelado, sin semillas y finamente picado
- > 1/4 de taza de hojas de perejil italiano picadas
- > 1/4 de taza de almendras blanqueadas, tostadas y picadas
- > 1/4 de taza de aceitunas con pimienta picadas
- > 2 cucharadas de alcaparras

- > 1/2 cucharadita de tomillo deshidratado triturado
- > 1/2 cucharadita de orégano deshidratado triturado
- > 1 1/2 tazas de pechuga de pollo cocida y finamente desmenuzada
- > 1 cucharadita de sal
- > Pimienta recién molida
- > 5 zanahorias peladas y en rodajas
- > 2 cebollas blancas grandes, rebanadas en medias lunas
- > 5 hojas de laurel
- > 10 granos de pimienta de Jamaica

PREPARACIÓN ⌚ 2 horas y media, más 2 días de marinada

Sin dañar el tallo, cortar los chiles a lo largo y remover las semillas y

venas; reservar.

En una cacerola, combinar el agua con azúcar, café y vinagre; hervir a fuego alto, añadir los chiles, bajar la flama a media y dejar cocinar durante 5 minutos. Drenar y cubrir los chiles con agua fría, dejar remojar durante 1 hora; cambiar el agua y dejar reposar durante otra hora.

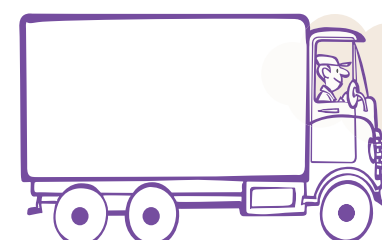
Picar dos dientes de ajo, calentar 1/4 de taza de aceite de oliva en una sartén a fuego medio hasta que libere su aroma, añadir el ajo picado y cebolla; dejar cocinar 3 minutos revolviendo, hasta que la cebolla se vuelva traslúcida. Añadir el jitomate, perejil, almendras, aceitunas, alcaparras y especias deshidratadas; reducir el fuego y cocinar 15 minutos, revol-

ver frecuentemente. Integrar el pollo y cocinar 5 minutos, rectificar la sal y pimienta, remover del fuego y dejar enfriar a temperatura ambiente.

Rellenar cada chile con 2 cucharadas de la mezcla de pollo y acomodarlos en un plato; reservar.

En una sartén, verter 1/4 de taza de aceite de oliva a fuego medio, añadir las zanahorias, cebolla y ajo restantes, laurel y pimienta de Jamaica; cocinar durante 3 minutos o hasta que la cebolla se vuelva traslúcida, removiente constantemente.

Adicionar 1/4 de taza de vinagre y hervir, remover del fuego y dejar enfriar a temperatura ambiente. Verter sobre los chiles y marinar en el refrigerador dos días tapados.



proveedores gastronómicos




Nuestros clientes de diversas actividades como comerciantes, fabricantes, chefs y amas de casa, nos califican como la mejor vainilla para los sentidos del gusto y olfato, pruebe nuestra vainilla y sea usted el juez.



65 Aniversario

01800 832 78 64

www.vainillamolina.com
info@vainillamolina.com



proveedores gastronómicos

- 1 Sencillo 10.8 cm. alto x 9.4 cm. base
Costo unitario \$1,134.00
- 2 Doble 10.8 cm. alto x 19.4 cm. base
Costo unitario \$2,268.00 costos + i.v.a.

Si eres proveedor gastronómico
TENEMOS ESTE LUGAR RESERVADO PARA TÍ

Llama al 3134 3529 • 3134 3523