

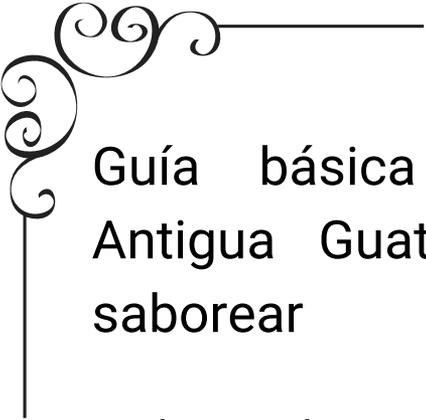
guía básica de

PLATILLOS

de Antigua Guatemala

ESCRITO POR:

Katty Florian



Guía básica de platillos de Antigua Guatemala que debes saborear

¡Hola a todos mis queridos viajeros! Soy Katty Florián, y hoy quiero invitarlos a un viaje muy especial, un recorrido por los sabores que enamoran en cada rincón de la mágica Antigua Guatemala.

Más allá de sus calles empedradas y su arquitectura colonial, Antigua es un festín para los sentidos, un lugar donde la gastronomía cuenta historias de tradiciones ancestrales y de fusiones culturales que nos deleitan en cada bocado.

Acompañenme en esta aventura culinaria, donde cada platillo es una experiencia que va más allá de la receta, un recuerdo que se queda grabado en el corazón.

En primer lugar, el delicioso Pepián: Un Abrazo Calientito en cada cucharada

Mientras caminaba por el mercado, el aroma a especias me recordó a mi abuelita. Ella siempre preparaba pepián los domingos, y su sabor me transporta a mi infancia. Este guiso de carne con verduras es el alma de la cocina antigüeña, un abrazo que reconforta el alma.

1. Pepián

Ingredientes:

- 1 kg de carne de res (falda, pecho o costilla)
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 4 tomates
- 2 chiles pimientos rojos
- 2 chiles guaque
- 1 chile pasa
- 1/2 taza de pepitoria
- 1/4 taza de ajonjolí
- 1/4 taza de miltomate
- 1/2 taza de pan francés
- 1/2 taza de vino tinto
- 2 papas
- 2 zanahorias
- 2 güisquiles
- Sal y pimienta al gusto



Preparación:

En una olla grande, cocina la carne con agua, cebolla y ajo hasta que esté tierna.

Mientras tanto, asa los tomates, chiles pimientos, chiles guaque y chiles pasas. Retira las semillas y venas de los chiles.

En una sartén, tuesta la pepitoria y el ajonjolí.

En una licuadora, mezcla los tomates, chiles, pepitoria, ajonjolí, miltomate, pan francés y vino tinto. Licúa hasta obtener una pasta suave.

En una olla, sofríe la pasta de especias en un poco de aceite. Agrega la carne cocida y el caldo.

Incorpora las papas, zanahorias y güisquiles en trozos. Cocina hasta que las verduras estén tiernas.

Sirve el pepián caliente y acompaña con arroz blanco y tortillas.

Hay sabores únicos en un delicioso Jocón: La Frescura ancestral en tu plato

El jocón es un tesoro de la cocina maya, un pollo en salsa verde que nos conecta con nuestras raíces. Su frescura y sabor herbal son un homenaje a la sabiduría culinaria de nuestros antepasados.

2. Jocón

Ingredientes:

- 1 pollo entero
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 manojo de cilantro
- 1 manojo de hierbabuena
- 4 chiles pimientos verdes
- 4 tomates verdes (miltomates)
- Sal y pimienta al gusto



Preparación:

En una olla grande, cocina el pollo con agua, cebolla y ajo hasta que esté tierno.

Mientras tanto, asa los tomates verdes y los chiles pimientos verdes.

En una licuadora, mezcla los tomates verdes, los chiles pimientos verdes, el cilantro y la hierbabuena. Licúa hasta obtener una salsa suave.

En una olla, sofríe la salsa verde en un poco de aceite. Agrega el pollo cocido y el caldo.

Cocina a fuego lento durante unos minutos para que los sabores se mezclen.

Sirve el jocón caliente y acompaña con arroz blanco y tortillas.

Crujiente felicidad en cada bocado, la Yuca Frita:

¿Quién no ama la yuca frita? Crujiente por fuera, suave por dentro, es el bocado perfecto para una tarde en el mercado. Su sabor me recuerda a las risas y charlas con los vendedores locales.

3. Yuca Frita

Ingredientes:

1 kg de yuca
Aceite vegetal
Sal al gusto

Preparación:

Pela la yuca y córtala en trozos.
Cocina la yuca en agua hirviendo con sal hasta que esté tierna.
Escurre la yuca y déjala enfriar.
Corta la yuca en bastones o rodajas.
En una sartén grande, calienta abundante aceite vegetal.
Fríe la yuca hasta que esté dorada y crujiente.
Escurre la yuca frita en papel absorbente y sazona con sal al gusto.
Sirve la yuca frita caliente y acompaña con salsa de tomate o chimol.



El dulce final de un día perfecto, Los Buñuelos:

Después de un día explorando Antigua, no hay nada como unos buñuelos calientitos bañados en miel. Estas bolitas de masa doradas son la dulce recompensa a un día lleno de aventuras.

4. Buñuelos

Ingredientes:

2 tazas de harina de trigo
1/2 cucharadita de sal
1/4 taza de azúcar
1/4 taza de mantequilla derretida
1 huevo
1/2 taza de leche tibia
Aceite vegetal
Miel de panela



Preparación:

En un tazón, mezcla la harina, la sal y el azúcar.

Agrega la mantequilla derretida, el huevo y la leche tibia. Mezcla hasta obtener una masa suave.

Cubre la masa y déjala reposar durante 30 minutos.

Forma bolitas de masa y fríelas en aceite vegetal caliente hasta que estén doradas.

Escurre los buñuelos en papel absorbente.

Baña los buñuelos en miel de panela caliente.

Sirve los buñuelos calientes y disfruta.

Ahora, una explosión de sabor en tu paladar, Chiles Rellenos:

Cada bocado de chile relleno es una fiesta en tu boca. Su relleno jugoso y su salsa de tomate te harán agua la boca. ¡Una verdadera delicia antigüeña!

5. Chiles Rellenos

Ingredientes:

6 chiles pimientos grandes
1/2 kg de carne de cerdo molida
1/2 cebolla picada
2 dientes de ajo picados
1/2 taza de pasas
1/4 taza de aceitunas picadas
1/4 taza de alcaparras
1/4 taza de ciruelas pasas picadas
1 huevo
Harina de trigo
Aceite vegetal
Salsa de tomate



Preparación:

Asa los chiles pimientos y retira las semillas y venas.

En una sartén, sofríe la cebolla y el ajo. Agrega la carne de cerdo molida y cocina hasta que esté dorada.

Incorpora las pasas, aceitunas, alcaparras y ciruelas pasas. Cocina durante unos minutos.

Rellena los chiles pimientos con la mezcla de carne.

Bate el huevo y pasa los chiles rellenos por harina y luego por huevo.

Fríe los chiles rellenos en aceite vegetal caliente hasta que estén dorados.

Sirve los chiles rellenos con salsa de tomate.

Para los amantes de los sabores intensos, Revocado de Cerdo:

Si eres valiente y te gustan los sabores intensos, el revocado de cerdo es para ti. Esta tradición culinaria única te dejará sin aliento, pero querrás repetir.

6. Revocado de Cerdo

Ingredientes:

1 kg de carne de cerdo (pre
1 cebolla
4 dientes de ajo
4 tomates
2 chiles guaque
2 chiles pasas
1 chile pimienta rojo
1/2 taza de pepitoria
1/4 taza de ajonjolí
1/4 taza de miltomate
1/2 taza de pan francés
1/2 taza de vinagre
1/4 taza de azúcar
Sal y pimienta al gusto



Preparación:

Corta la carne de cerdo en trozos.

En una olla, cocina la carne de cerdo con agua, cebolla y ajo hasta que esté tierna. Mientras tanto, asa los tomates, chiles guaque, chiles pasas y chile pimienta rojo. Retira las semillas y venas de los chiles.

En una sartén, tuesta la pepitoria y el ajonjolí.

En una licuadora, mezcla los tomates, chiles, pepitoria, ajonjolí, miltomate, pan francés, vinagre y azúcar. Licúa hasta obtener una pasta suave.

En una olla, sofríe la pasta de especias en un poco de aceite. Agrega la carne de cerdo cocida y el caldo. Cocina a fuego lento durante unos minutos para que los sabores se mezclen.

Sirve el revocado de cerdo caliente y acompaña con arroz blanco y tortillas.

Hilachas: Un clásico para entonar el cuerpo

Las hilachas son el plato perfecto para una noche fresca en Antigua. Esta carne deshebrada en salsa roja te reconfortará y te hará sentir como en casa.

7. Hilachas

Ingredientes:

- 1 kg de carne de res (falda)
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 4 tomates
- 2 chiles guaque
- 2 chiles pasas
- 1 chile pimiento rojo
- Sal y pimienta al gusto



Preparación:

En una olla grande, cocina la carne de res con agua, cebolla y ajo hasta que esté tierna.

Deshebra la carne en hebras finas.

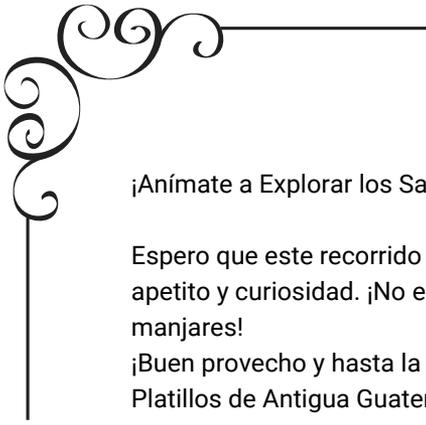
Mientras tanto, asa los tomates, chiles guaque, chiles pasas y chile pimiento rojo. Retira las semillas y venas de los chiles.

En una licuadora, mezcla los tomates y los chiles. Licúa hasta obtener una salsa suave.

En una olla, sofríe la salsa en un poco de aceite. Agrega la carne deshebrada y el caldo.

Cocina a fuego lento durante unos minutos para que los sabores se mezclen.

Sirve las hilachas calientes y acompaña con arroz blanco y tortillas.



¡Anímate a Explorar los Sabores de Antigua!

Espero que este recorrido culinario por Antigua haya despertado tu apetito y curiosidad. ¡No esperes más y ven a probar estos manjares!

¡Buen provecho y hasta la próxima sección de la Guía Básica de Platos de Antigua Guatemala, queridos viajeros!

Katty Florián

Descarguen las recetas en www.antiguaguatemala.tv