

UTSA
Special
Collections

LAS BIBLIOTECAS DE UTSA Y SUS
COLECCIONES ESPECIALES PRESENTAN

Recetas

VOL. 3



*Cocinando en los Tiempos del Coronavirus:
Recetas de la colección de libros de cocina mexicana*

¡BUEN PROVECHO! PLATOS FUERTES

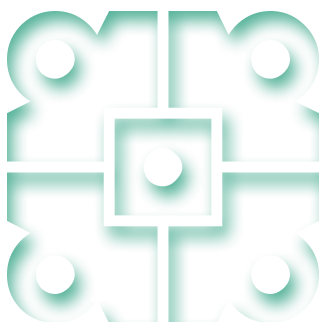
***Ven y come un poco.
Acuérdate que las penas
con pan son buenas.***

(Come and eat. Remember that all griefs with bread are less.)

UTSA Libraries Special Collections presents

Cooking in the Time of Coronavirus:
Recipes from the
Mexican Cookbook Collection

¡BUEN PROVECHO! MAIN DISHES



Published by UTSA Libraries Special Collections
One UTSA Circle
San Antonio, TX 78249-0671
ISBN 978-09915043-5-0

- Dean Hendrix | Dean of Libraries
- Amy Rushing | Assistant Dean for Special Collections
- Steph Noell | Special Collections Librarian
- Felipe Barrera | UTSA Libraries Director of Development
- Joaquin Herrera | Director, Library / ITC Communications
- Veronica Rodriguez | Head of Web & User Experience
- Alyssa Franklin | Digitization Specialist / Copy Editing
- Edward Christobal Lopez, III | Art Director / Designer

There are many inherent risks in the use of raw, prepared, and processed food ingredients during the cooking process. Additionally, some of the recipes in this book may include ingredients to which individuals may have a known or unknown allergy. Every effort has been made to present the best possible direction and advice with regard to the preparation of food recipes presented in this book. The publisher and authors assume no liability for any injury, allergic or other reaction, or damage incurred as a result of the information presented in this book.

Existen muchos riesgos inherentes en el uso de ingredientes alimenticios crudos, preparados y procesados durante el proceso de cocción. Además, algunas de las recetas en este libro pueden incluir ingredientes a los cuales las personas pueden tener una alergia conocida o desconocida. Se ha hecho todo lo posible para presentar la mejor dirección y asesoramiento posible con respecto a la preparación de recetas de alimentos presentadas en este libro. El editor y los autores no asumen ninguna responsabilidad por cualquier lesión, reacción alérgica u otra, o daño incurrido como resultado de la información presentada en este libro.

Images courtesy UTSA Special Collections and Adobe Stock

Main Dishes | Platos Fuertes

TABLE OF CONTENTS | ÍNDICE

PLANTAIN TAQUITOS (from Chiapas) | **TAQUITOS DE PLÁTANO** (de Chiapas)...**8, 9**

RECIPE FROM | RECETA DE

Retana, Betty. La cocina de Doña Ventura. 4a. ed. México: Ed. Epoca, 1971.

NOPALITOS with Pork Rinds | **NOPALITOS** con Chicharrón.....**10, 11**

RECIPE FROM | RECETA DE

Herrera de Campos, Laura Elena. Tú y yo en la cocina : cocine amor en horno de microondas. 1a. ed. México: Editorial Pax México, 1998.

ENCHILADAS POBLANAS.....**12, 13**

RECIPE FROM | RECETA DE

Díez de Pérez, María. La cocina selecta: más de mil fórmulas de guisos, repostería, panes, dulces y helados, para las amas de casa que gustan presentar una buena mesa. 2. ed., 1953.

CEVICHE Acapulco Style | **CEVICHE** estilo Acapulco.....**14, 15**

RECIPE FROM | RECETA DE

Velázquez de León, Josefina, and Irene Goldstein. Mexican Cook Book for American Homes: Authentic Recipes from Every Region of the Mexican Republic; Adapted for Use in the United States, Central and South America. 7a. edición. Mexico City, Mexico: s.n., 1969.

TAMALES.....**16, 17**

RECIPE FROM | RECETA DE

Arévalo, Mariano, and Mariano Galván Rivera. El cocinero mexicano, ó, Colección de las mejores recetas para guisar al estilo americano: y de las más selectas según el método de las cocinas española, italiana, francesa e inglesa. México: Imprenta de Galván, a cargo de Mariano Arévalo, Calle de Cadena num. 2, 1831.

FRESH SHRIMP TACOS | **TACOS DE CAMARÓN FRESCO**.....**18, 19**

RECIPE FROM | RECETA DE

Velázquez de León, Josefina. Antojitos mexicanos: selección de 100 recetas de los principales platillos de la cocina mexicana. México, D.F: Academia "Velázquez de León," n.d.

Main Dishes | Platos Fuertes

TABLE OF CONTENTS | ÍNDICE

Guadalajara-style **ENCHILADAS | ENCHILADAS** *al estilo de Guadalajara*.....**20, 21**

RECIPE FROM | RECETA DE

Pardo, Alejandro. Los 30 menús del mes: manual de la cocina casera. 3a ed. México: Antigua Imprenta de Murguía, 1918.

Veracruz-style **FISH | PESCADO** *a la Veracruzana*.....**22, 23**

RECIPE FROM | RECETA DE

Velázquez de León, Josefina. Cocina mexicana de abolengo. 1a. ed. México, D.F: Academia Cocina y Repostería, Velázquez de León, 1952.

PIGEONS *in pine nut sauce* | **PICHONES** *en salsa de piñón*.....**24, 25**

RECIPE FROM | RECETA DE

Enciclopedia del hogar tercer tomo. México, D.F: Excélsior, 1941.

ENTOMATADO.....**26, 27**

RECIPE FROM | RECETA DE

Muñoz Zurita, Ricardo. Verde, blanco, rojo en la cocina mexicana. 1a ed. México, D.F: Ediciones Larousse, 2010.

CHICKEN FLAUTAS | FLAUTAS DE POLLO.....**28, 29**

RECIPE FROM | RECETA DE

La cocina familiar en el estado de Nuevo León. 2a. ed. México, D. F: Océano, 2001.

BARBACOA.....**30, 31**

RECIPE FROM | RECETA DE

La Cocina familiar en el estado de Puebla. 2a. ed. México: CONACULTA, 2000.

BIRRIA.....**32, 33**

RECIPE FROM | RECETA DE

Novo, Salvador, and Alberto Beltrán. Las senadoras suelen guisar 1a. ed. (Mexico City?), México: Instituto Nacional de Protección a la Infancia, 1964.





FOREWORD

ELIZABETH JOHNSON

Chef / Founder, Pharm Table

"For those taking advantage of the recipes in this collection, I urge you to use these foods as a bridge to bring you closer to neighbors and friends."

Most cuisines are defined by their geography, and San Antonio's proximity to Mexico has always defined and shaped its food and culture. It goes without saying that UTSA's Mexican Cookbook Collection is more than a repository of recipes. It is a vehicle for understanding the cultures that have shaped the Texas-Mexico experience. Being "distant neighbors," I believe food needs to be used as a connector, not a divider, with regards to our history and future with Mexico.

Historical recipes act as a lens through which we can travel through history. As history is cyclical, it allows us to better understand the future. I believe we have to study historical recipes and dissect their methods and uses to rescue many valuable techniques and wisdom as it pertains to food and health. For thousands of years, our ancestors used botanical plants for cooking and curative purposes. At Pharm Table, we are inspired by the ancient wisdom inherent in pre-Columbian cooking techniques, native plants and seasonal cooking, and we use it to guide our creative process. This collection serves as a fountain of information for anyone interested in learning about the diverse foods and cultures of Mexico.

Over the last 10-20 years, many professional chefs and novices have been captivated by the foods of interior Mexico, as well as gaining a better understanding of the complexities of the food traditions found in their own backyards. As a result, Mexican cuisine has experienced a renaissance in the U.S. over the last two decades, paving the way for more regional cuisines and ingredients to gain wide popularity and appreciation in our country. Studying the ancient and living food culture of a region deepens our understanding of our own community and that of our neighbors to the south. Given the recent pandemic, it's important that both professional and novice cooks have access to as many valuable resources as possible, especially during the last year when international travel has been stymied across the globe.

The first recipe in this mini-cookbook collection is for plantain taquitos. Having been born in Honduras, one of my comfort foods is and will always be plantains. I eat them raw in ceviche, roasted whole in their skin when ripe and fried and smashed when green. Plantains are a staple through southern Mexico, Central America and the western part of South America.

For those taking advantage of the recipes in this collection, I urge you to use these foods as a bridge to bring you closer to neighbors and friends. Studying the ancient and living food culture of a region deepens our understanding of our own community and that of our neighbors to the south. When we take the time to share through food, we better understand our own culture. ¡Provecho!

About Chef Elizabeth Johnson

With a lifelong passion for global cooking and holistically nourishing the body through food, Chef Elizabeth Johnson's rich background reflects her complementary philosophies at her restaurant Pharm Table in San Antonio. The James Beard Foundation referred to Johnson as a "Food is Medicine guru," and as such she considers the name Pharm Table a synonym for culinary medicine. Johnson's extensive studies and travels have culminated in a dream to bring the best healthy global food practices to plate, bowl and cup. The path to Pharm Table started with a lifelong passion for the cuisines of the Americas. Through her restaurant concept, Johnson serves as a powerful change advocate, seeking to address and alleviate the current stressors on mind, body and society.



A NOTE ABOUT RECIPE TRANSCRIPTIONS

UTSA librarians and archivists transcribed recipes as they originally appeared in the cookbooks. Some recipes, especially those from manuscript cookbooks, occasionally use non-standard and variant spellings in Spanish. Common use of abbreviated instructions, along with the difficulty of reading handwriting and tears or scratched-out text, add an extra level of difficulty to the challenge of transcribing and interpreting historical recipes.

UNA NOTA SOBRE LAS TRANSCRIPCIONES DE LAS RECETAS

Los bibliotecarios y archivistas de la Universidad de Texas en San Antonio (UTSA) transcribieron las recetas tal y como aparecen en los libros de cocina. Algunas recetas, especialmente las de manuscritos, ocasionalmente utilizan grafías atípicas y variantes en español. El uso común de instrucciones abreviadas y la dificultad de leer textos escritos a mano añaden un nivel de dificultad al transcribir e interpretar recetas históricas.

PLANTAIN TAQUITOS *(from Chiapas)*

INGREDIENTS

- 24 small tortillas
- 1/2 cup oil to fry the tortillas and plantains
- 3 plantains, large or long
- 3 cups of mole sauce

METHOD OF PREPARATION

- Slice and fry the peeled plantains.
- Use the remaining oil to lightly fry the tortillas, without browning them.
- Place a slice of plantain in each tortilla and roll them up like taquitos, drizzling them with mole sauce.
- Serve hot.



TAQUITOS DE PLÁTANO *(de Chiapas)*

INGREDIENTES

- 24 tortillas chicas
- 3 plátanos (machos), grandes o largos
- 1/2 taza de aceite para freír las tortillas y los plátanos.
- 3 tazas de salsa de mole

MANERA DE HACERSE

- Se rebanan y se fríen los plátanos.
- En la grasa que queda se pasan las tortillas sin que se doren.
- Se coloca una rebanada de plátano (macho) en cada tortilla y se enrollan como taquitos, cubriéndolos con la salsa de mole.
- Se sirven bien calientes.



NOPALITOS *with Pork Rinds*

INGREDIENTS

- 1/4 kg. cactus nopalitos, cleaned and chopped
- 1/2 cup tomato, chopped
- 1 tablespoon chopped onion
- 1 tablespoon chopped cilantro
- 1 teaspoon chopped epazote
- 1 cup crumbled pork rinds
- 1 minced serrano pepper
- 1 tablespoon Maggi seasoning sauce
- 1 teaspoon granulated chicken broth

METHOD OF PREPARATION

- In a stockpot, boil the nopalitos 3 minutes, covered.
- Stir.
- Cook 1 more minute.
- Let stand 10 minutes.
- Drain.
- Add the granulated chicken broth.
- Separately, fry the onion 30 seconds.
- Add the tomato, serrano pepper, cilantro, and epazote.
- Add the drained nopalitos and Maggi seasoning sauce.
- Mix well.
- Cook the mixture 2 minutes.
- Add the pork rinds.
- Serve with small tostadas or tortillas.



NOPALITOS con Chicharrón

INGREDIENTES

- 1/4 kg de nopalitos limpios y picados
- 1/2 jitomate picado
- 1 cucharada de cebolla picada
- 1 cucharada de cilantro picado
- 1 cucharadita de epazote picado
- 1 taza de chicharrón desmenuzado
- 1 chile serrano picadito
- 1 cucharada de jugo Maggi
- 1 cucharadita de consomé (de pollo en polvo)

MANERA DE HACERSE

- En un recipiente hondo (con agua), cocine los nopalitos 3 minutos, tapados.
- Revuelva.
- Cocínelos 1 minuto más.
- Déjelos reposar 10 minutos.
- Escúrralos.
- Agregue el consomé.
- Por separado, acitrone la cebolla 30 segundos.
- Agréguele el jitomate, el chile, el cilantro y el epazote.
- Agregue los nopalitos escurridos y el jugo Maggi.
- Mezcle bien.
- Cocine la mezcla 2 minutos.
- Incorpore el chicharrón.
- Sirva con tostaditas o tortillas.



ENCHILADAS POBLANAS

INGREDIENTS

- 4 ancho peppers
- 4 pasilla peppers
- 4 mulato peppers with toasted sesame seeds
- A fried tortilla
- Fried breadcrumbs
- Fried almonds (with skins)
- Roasted tomatillos (without husks)
- Roasted garlic
- Fine spices
- Anise
- Cumin
- Toasted whole coriander

METHOD OF PREPARATION

- Toast and rehydrate 4 ancho peppers, 4 pasilla peppers and 4 mulato peppers, then grind them with toasted sesame seeds, a fried tortilla, fried breadcrumbs, fried almonds (skins and all), roasted tomatillos (without husks), roasted garlic, fine spices, anise, cumin, and toasted whole coriander.
- Fry this mixture and add a bit of broth.
- Make a picadillo of ground beef and pork with raisins, olives, capers and vinegar.
- Dip the tortillas in the salsa, fill them with the meat, and roll them up.
- Place the rolled tortillas on a platter and cover with the remaining sauce, garnishing with cheese, sliced onion, pickled vegetables, radishes, and lettuce.



ENCHILADAS POBLANAS

INGREDIENTES

- 4 chiles anchos
- 4 pasillas
- 4 mulatos se tostan, remojan y muelen con ajonjolí tostado
- Tortilla frita
- Pan frito
- Almendras fritas con todo y cáscara
- Tomates de cáscara asados
- Ajos asados
- Especies finas
- Anís
- Cominos, y cilantro de bolita tostado

MANERA DE HACERSE

- 4 chiles anchos, 4 pasillas y 4 mulatos se tostan, remojan y muelen con ajonjolí tostado, tortilla frita, pan frito, almendras fritas con todo y cáscara, tomates de cáscara asados, ajos asados, especias finas, anís, cominos, y cilantro de bolita tostado; se fríe todo y se suelta con caldo.
- Se guisa un buen picadillo de res y puerco, pasas, aceitunas, alcaparras y vinagre.
- Se mojan las tortillas en la salsa, se rellenan con la carne y enrollan.
- Colocadas en un platón se les pone el resto de la salsa por encima, adornándolas con queso, cebolla en ruedas, encurtidos, rabanitos, y lechuga.



CEVICHE *Acapulco Style*

INGREDIENTS

- 1 lb pompano or sea bass
- ½ lb. tomatoes
- 5 limes
- 2 avocados
- 1 onion
- 4 tablespoons oil
- 1 tablespoon vinegar
- 4 pickled serrano peppers
- ½ teaspoon oregano
- Salt and pepper

METHOD OF PREPARATION

- Wash the filleted and skinned fish and cut into small cubes.
- Place in a china or glass dish, pour lime juice over all, and let stand for 3 hours, turning the fish pieces with a wooden spoon from time to time.
- Submerge the tomatoes in boiling water for 1 minute, skin, dice and add to the fish.
- Add the sliced peppers, the oil, vinegar, oregano, salt and pepper.
- Serve ice cold in sherbet glasses or seashells, garnished with slices of onion and avocado.



CEVICHE *estilo Acapulco*

INGREDIENTES

- 450 gramos de pescado pámpano o robalo
- 225 gramos de jitomate
- 5 limones
- 2 aguacates
- 1 cebolla
- 4 cucharadas de aceite
- 1 cucharada de vinagre
- 4 chiles serranos en vinagre
- ½ cucharadita de orégano
- Sal y pimienta

MANERA DE HACERSE

- Se lava el pescado, se le quita la piel, se parte en pequeños cuadritos, se coloca en un traste de porcelana, se le pone el jugo de limón.
- Se deja así 3 horas, teniendo mucho cuidado durante ese tiempo de moverlo varias veces con una cuchara de madera.
- Los jitomates se meten solo durante un minuto en agua hirviendo, se les quita la piel, se pican en cuadritos y se incorporan al pescado después de las tres horas de reposo; lo mismo que los chiles rebanados, el aceite, el vinagre, el orégano, la sal y la pimienta.
- Se sirve en copas o conchitas, adornándose con rebanadas de cebolla y aguacate.



TAMALES

INGREDIENTS

- Cacahuazintle corn
- Three pounds of butter
- Cooked egg yolks
- Ground sugar
- Pine nuts
- Acitrón (candied biznaga cactus)
- Cinnamon
- Sesame seeds
- Chili with ham, fatty meat, or pork

METHOD OF PREPARATION

- Three pounds of Cacahuazintle corn available for atole.
- Wash then, in a piece of cloth, rinse well and set to dry in the sun.
- Next, ground it and pass it through a sieve adding more than three pounds of lard.
- Add a little bit of water and ground sugar beating it until it bubbles.
- As the sugar makes the dough watery, it is necessary to be careful that it thickens well, and it is known that it is good by making a small ball out of it, which will be thrown in water where it should rise or float.
- The filling is made from cooked egg yolks, ground sugar, pine nuts, acitrón (candied biznaga cactus), cinnamon and sesame seeds. The husks are drained in advance; for example, in the morning, if the tamales are to be made in the afternoon, so that they are not wet at the time of wrapping the dough.
- The tamales are cooked in a pot, at the bottom of which a little bit of water should have been poured, and above a bed or tapextle with sticks and grass, so that they do not touch the water.
- The tamales are put on top.
- It is done when they sound solid and the husks easily detach.
- Without sugar and with salt they can be filled with peppers and ham; pork jowl or meat, all cooked. They are also made of spices without sugar and with salt.





TAMALES

INGREDIENTES

- Maíz cacahuazintle
- Tres libras de manteca
- Yemas de huevo cocidas
- Azúcar molida
- Piñones
- Acitrón
- Canela
- Ajonjolí
- Chile con jamon, papada ó carne de puerco

MANERA DE HACERSE

- Se disponen tres libras de maíz cacahuazintle como para atole.
- Se lava bien, se enjuga con un lienzo y se pone a secar al sol.
- Después se muele y se cierne por un ayatito, añadiéndosele más de tres libras de manteca: se le echa luego una poca de agua quebrantada y azúcar molida, batiéndolo hasta que haga como ampollas.
- Como el azúcar vuelve aguada la masa es necesario tener cuidado que espese bien, y se conoce que está buena, haciendo de ella una bolita, que se echará en agua donde deberá subir o sobrenadar.
- El relleno se hace de yemas de huevo cocidas, azúcar molida, piñones, acitrón, canela y ajonjolí.
- Las hojas se ponen a escurrir con anticipación, por ejemplo, en la mañana, si los tamales se han de hacer en la tarde, para que no estén mojadas al tiempo de envolver la masa.
- Se ponen a cocer los tamales en una olla, en cuyo fondo se habrá echado una poca de agua, y más arriba se formará una cama o tapextle con palitos y zacate de modo que no toque al agua.
- Encima se ponen los tamales, que se conocerá que están cocidos en que suenan como aventados y en que se les despegan las hojas.
- Sin azúcar y con sal pueden rellenarse de chile con jamón; papada o carne de puerco, todo cocido. También se hacen de especia sin azúcar y con sal.

Fresh SHRIMP TACOS

INGREDIENTS

- 24 tortillas
- 1 cup of fresh shrimp
- 1 cup of tomatillos
- 1 cup of red tomatoes
- 2/3 cup of lard
- 1/3 cup of queso fresco
- 2 pickled onions
- 2 pickled carrots
- 3 pickled jalapeño peppers
- 1 lettuce

METHOD OF PREPARATION

- Wash and remove shell from shrimp, then chop shrimp into small pieces.
- Heat a tablespoon of lard in a pan and fry the chopped onion, tomatoes, and shrimp, adding salt and pepper to taste.
Cook until the mixture thickens.
- Boil then fry the tomatillos in a tablespoon of lard, and later grind them.
- Lightly fry the tortillas, dip them in the tomatillo sauce, fill them with the shrimp mixture, roll them up, and place them on a large dish.
- Garnish with grated cheese, pickled onions, carrots and jalapeño peppers, and lettuce leaves.



TACOS DE CAMARÓN *Fresco*

INGREDIENTES

- 24 tortillas
- 240 gramos de camarón fresco
- 230 gramos de tomates verdes
- 230 gramos de jitomate
- 175 gramos de manteca
- 75 gramos de queso fresco
- 2 cebollas en vinagre
- 2 zanahorias en vinagre
- 3 chiles en vinagre
- 1 lechuga

MANERA DE HACERSE

- Ya lavados los camarones, se cuecen, se les quita el pellejo y se parten en pedazos chicos.
- En una cucharada de manteca se fríen una cebolla picada, el jitomate picado y el camarón, se sazona de sal y pimienta y se deja en el fuego hasta que espese.
- Los tomates verdes se cuecen en una cucharada de manteca, se fríen y se muelen.
- Las tortillas se fríen ligeramente, se pasan por la salsa, se rellenan, se enrollan, se colocan en el platón, se cubren con el queso que rallado, se adornan con las cebollas en vinagre rebanadas, las zanahorias, los chiles y las hojas de lechuga.



Guadalajara-style ENCHILADAS

INGREDIENTS

- 24 small tortillas
- 24 large yellow tomatoes
- 200 grams of pork loin
- 100 grams of onions
- 12 leaves of cilantro
- A quarter of a liter of labneh

METHOD OF PREPARATION

- Remove the husks from the tomatoes.
- Wash with hot water and bring to a boil in one liter of water with 10 grams of coarse salt, 3 cloves of garlic and a bay leaf.
- Once cooked, drain all the water, allow the tomatoes to cool and grind them with the garlic and bay leaf using a mortar and pestle.
- In a skillet, fry the tortillas with very fresh lard.
- In another skillet heat 50 grams of lard and add the finely chopped onion.
- Once the onion is browned, add the ground tomatoes.
- When the tomatoes are well-fried, remove from the heat, add the labneh, the chopped cilantro, and season with salt.
- Fry the pork loin, then cook with water and salt for 3 hours. Once cooked and cooled, shred it, fill the tortillas, and roll them up.
- Put the rolled tortillas on a large serving platter and pour the hot sauce, well-seasoned with salt, on top.



ENCHILADAS *al estilo de Guadalajara*

INGREDIENTES

- Tortillas chicas **24**
- Tomates amarillos y grandes **24**
- Lomo de puerco **200** gramos
- Cebolla **100** gramos
- Cilantro **12** hojitas
- Jocoque un cuarto de litro

MANERA DE HACERSE

- Los tomates se limpian quitándoles la cáscara, se lavan con agua caliente y se ponen a cocer en un litro de agua con 10 gramos de sal gruesa, 3 dientes de ajo y una hoja de laurel, cocidos se les quita toda el agua, se dejan enfriar y se muelen en el metate con los ajos y el laurel.
- En una sartén se fríen las tortillas con manteca muy fresca.
- En otra sartén se ponen 50 gramos de manteca bien caliente se le agrega la cebolla finamente picada, dorada, se le agrega el tomate molido y después de bien frito el tomate se retira del fuego, se le agrega el jocoque, el cilantro picado y se sazona con sal.
- La carne de puerco se fríe primero y luego se cuece con agua y sal por espacio de 3 horas, cocido y frío se deshebra y se rellenan las tortillas, se enrollan, se ponen en un platón y se vacía por encima de ellas las salsas bien calientes y bien sazonadas con sal.



Veracruz-style FISH

INGREDIENTS

- 2 pounds of red snapper or sea bass in pieces
(substitute with any firm white fish, such as cod or pollock)
- 1 2/3 pounds tomatoes
- 2 onions
- 3 cloves of garlic
- 1 cinnamon stick
- 2 cloves
- 3 large peppercorns
- 2 ancho peppers
- 28 green olives
- 3 tablespoons capers
- 8 pickled jalapeño peppers
- 1 tablespoon sherry (or water)
- Oregano, parsley
- Salt and pepper

METHOD OF PREPARATION

- Toast the ancho peppers in a dry skillet, then deseed and rehydrate in hot water for 10 minutes.
- Roast the tomatoes. Grind with onions, garlic, parsley leaves, spices, and ancho peppers.
- Add chopped olives, capers, pickled jalapeño peppers cut into strips, sherry, oil, vinegar, salt and pepper.
- In a large frying pan, heat some oil. Place pieces of fish in the pan, add the sauce, and cover.
- Cook over medium-high heat for 20 minutes, taking care to stir periodically to avoid sticking. Serve while very hot.



PESCADO a la Veracruzana

INGREDIENTES

- 1 kilo de pescado huachinango o robalo en trozo
- 750 gramos de jitomate
- 2 cebollas
- 3 dientes de ajo
- 1 raja de canela
- 2 clavos de especia
- 3 pimientas gruesas
- 2 chiles anchos
- 75 gramos de aceitunas
- 50 gramos de alcaparras
- 8 chiles jalapeños en vinagre
- Orégano, perejil
- Sal y pimienta

MANERA DE HACERSE

- Los jitomates se asan, se muelen con las cebollas, los dientes de ajo, unas hojas de perejil, las especias y los chiles anchos asados, desvenados y remojados.
- Se les agregan las aceitunas picadas, las alcaparras, los chiles jalapeños cortados en tiritas, el jerez, el aceite, el vinagre, la sal y la pimienta.
- En una cazuela extendida, untada de aceite se colocan los trozos de pescado, se pone encima la salsa y se tapa la cazuela.
- Se pone a fuego fuerte durante 20 minutos teniendo cuidado de agitarle seguido para que no se pegue. Se sirve muy caliente.



PIGEONS *in Pine Nut Sauce*

INGREDIENTS

- 6 pigeons (substitute with other small game bird)
- 60 g lard
- 100 grams ham onion
- 2 liters broth
- 400 grams tomatoes
- 100 grams pine nuts
- ¼ liter of fresh cream
- 200 grams peas
- 4 tablespoons sweet sherry

METHOD OF PREPARATION

- In the lard, fry the already-cleaned pigeons.
- When they begin to brown, add the chopped onion and diced ham.
- When this is well fried, add the roasted tomatoes, ground-up with an onion and strained.
- Once this mixture cooks sufficiently to start getting dry, add 1 liter of broth, salt, and pepper.
- When it boils down, add the ground pine nuts dissolved into ¼ liter of broth; bring to a boil, add the cream, wine and peas, and cook long enough to form a thick sauce. Serve hot.



PICHONES *en Salsa de Piñón*

INGREDIENTES

- 6 pichones
- 60 gramos manteca
- 100 gramos jamón
- 1 cebolla
- 2 litros caldo
- 400 gramos jitomate
- 100 gramos piñón
- $\frac{3}{4}$ de litro de crema del día
- 200 gramos chícharos
- 4 cucharadas jerez dulce

MANERA DE HACERSE

- En la manteca se fríen los pichones ya limpios.
- Cuando empiezan a dorar se agrega la cebolla picada y el jamón en cuadritos, cuando esto está bien frito, se agrega el jitomate asado, molido con una cebolla y colado.
- Una vez reseco se agrega el litro de caldo, sal y pimienta.
- Cuando se consume, se pone el piñón molido y disuelto en $\frac{3}{4}$ de litro de caldo.
- Se deja hervir, al volver a espesar se agrega la crema, el vino y los chícharos, solo se deja en el fuego a que tome punto de salsa espesa; se sirve muy caliente.



ENTOMATADO

MAKES 6 SERVINGS

PREPARATION TIME: 20 MIN. | COOKING TIME: 1 H 10 MIN.

INGREDIENTS

Meat

- 1 kg of pork belly, cut into 1 in. cubes
- 12 cups water
- 3 garlic cloves
- ½ onion, quartered
- 1 tsp. salt

Entomatado

- ½ tsp. baking soda
- 8 cups water
- ½ bolillo bread roll, fried
- 2 small cloves
- 1 cinnamon stick (about 1 inch)
- ¼ cup olive oil
- 2 dried chipotle peppers
- ½ white onion, finely chopped
- 1 tsp. finely minced garlic
- 2 pounds tomatillos, cut into small cubes
- ¼ tsp. oregano
- ¼ tsp. thyme
- 2 bay leaves
- Salt to taste
- 2 potatoes, boiled, peeled, and cubed (optional)

METHOD OF PREPARATION

Meat

- Boil the pork cubes with 12 cups water, garlic, onion, and salt for 50 minutes or until meat is cooked.
- Remove from heat.
- Reserve the pork and broth separately.

Entomatado

- Dissolve the baking soda in 8 cups water and blend with the roll, cloves, cinnamon, and 2 cups of the pork broth.
- Heat olive oil in a pan and fry the peppers.
- Then remove and set aside.
- In the remaining oil, fry the onion, garlic, and tomatillos well.
- Add the meat, oregano, thyme, and bay leaves.
- Boil for 5 minutes and add the liquified bread, spices and broth, as well as the peppers, salt, and potatoes.
- Bring to a boil and then remove from heat.
- Serve hot.

“The entomatado is one of the most common ways of cooking pork. This recipe is typical of the central states of the country, especially Mexico City and Puebla.

This version was given to me by Ana Elena Martínez, extracted from her grandmother’s old recipe book, who was born and lived in the capital of Puebla.”



“El entomatado es una de las formas más comunes de cocinar la carne de cerdo. Esta receta es típica de los estados del centro del país, especialmente de la ciudad de México y Puebla.

Esta versión me la proporcionó la señora Ana Elena Martínez, extraída del recetario antiguo de su abuela, quien nació y vivió en la capital poblana”.



ENTOMATADO RINDE 6 RACIONES

PREPARACIÓN: 20 MIN. | COCCIÓN: 1 H 10 MIN.

INGREDIENTES

Carne

- 1 kg de falda de cerdo cortada en trozos de 3 cm por lado
- 3 l de agua
- 3 dientes de ajo
- ½ cebolla cortada en cuartos
- 1 cucharadita de sal

Entomatado

- ½ cucharadita de bicarbonato de sodio
- 2 l de agua
- ½ bolillo frito
- 2 clavos de olor chicos
- 1 raja de canela de 3 cm
- ¼ de taza de aceite de oliva
- 2 chiles chipotles secos
- ½ cebolla blanca picada finamente
- 1 cucharadita de ajo picado finamente
- 1 kg de tomate verde cortado en cubos chicos
- ¼ de cucharadita de orégano
- ¼ de cucharadita de tomillo
- 2 hojas de laurel
- Sal al gusto
- 2 papas cocidas, peladas y cortadas en cubos (opcional)

MANERA DE HACERSE

Carne

- Hierva en una olla, la carne con el agua, el ajo, la cebolla y la sal durante 50 minutos o hasta que la carne esté cocida.
- Retire del fuego y reserve la carne y el caldo por separado.

Entomatado

- Disuelva el bicarbonato con el agua y licúe con el bolillo, los clavos de olor, la canela y 2 tazas del caldo reservado.
- Caliente el aceite de oliva en una cazuela y fría los chiles, retírelos y resérvelos.
- Añada la cebolla, el ajo, los tomates y fríalos muy bien.
- Agregue la carne, el orégano, el tomillo y las hojas de laurel.
- Hierva durante 5 minutos e incorpore el licuado de pan, los chiles, la sal y las papas.
- Deje que hierva y retire del fuego.
- Sirva caliente.

CHICKEN FLAUTAS MAKES 10 SERVINGS

INGREDIENTS

- 2 chicken breasts
- 1 kilogram tortillas
- ¾ liter cream
- 4 avocados
- 1 onion
- 1 red tomato
- 1 can of pickled jalapeño peppers
- Salt, to taste

METHOD OF PREPARATION

- Cook the chicken breasts and shred.
- Fill the tortillas with the hot chicken and roll them up.
- Fry in a skillet with very hot oil.
- Remove and place on a serving platter.
- Garnish with lettuce, slices of tomato and onion, strips of jalapeño peppers, cream, and cubes of avocado.
- Makes 10 servings.



FLAUTAS DE POLLO RINDE 10 RACIONES

INGREDIENTES

- 2 pechugas de pollo
- 1 k. tortillas
- $\frac{3}{4}$ litro de crema
- 4 aguacates
- 1 cebolla
- 1 jitomate
- 1 lata de chiles en vinagre
- 1 lechuga
- Aceite
- Sal, al gusto

MANERA DE HACERSE

- Cocer las pechugas y desmenuzar.
- Rellenar las tortillas con el pollo caliente y enrollar.
- Freír en una sartén con aceite bien caliente.
- Sacar y colocar en un recipiente.
- Adornar con lechuga, rebanadas de jitomate y cebolla, rajas de chile, crema y trozos de aguacate.
- Rinde 10 raciones.



BARBACOA MAKES 25 SERVINGS

INGREDIENTS

- 1 lamb
- ¾ kg chickpeas
- 6 guajillo peppers
- 6 chipotle peppers
- 4 ancho peppers
- Plenty of firewood
- Maguey stalks
- Lime water

METHOD OF PREPARATION

- Dig a one-meter deep pit in the ground. Place firewood in a pyramid shape, covering the bottom.
- Light with a piece of ocote pine and let burn until coals form.
- Prepare the maguey stalks. There should be enough to cover the meat and the pit.
- Butcher the lamb; clean and cut into pieces. Clean the menudo (entrails) with settled lime water. Scrape with a knife and wash well.
- Fill the belly with all the menudo and red or green salsa.
- Place the head and legs in a stockpot with the roasted peppers, chickpeas and five liters of water, and put it at the bottom of the pit to collect the broth.
- Position a wire rack over the pan, and cover it with maguey stalks.
- Arrange the pieces of lamb and stuffed belly on the maguey leaves.
- Cover the meat well with more stalks and shovel dirt on top.
- Remove after twelve hours.



BARBACOA RINDE 25 RAZIONES

INGREDIENTES

- 1 borrego
- ¼ k. garbanzo
- 6 chiles guajillo
- 6 chipotles
- 4 chiles anchos
- Leña suficiente
- Pencas de maguey
- Agua de cal

MANERA DE HACERSE

- Cavar un hoyo de un metro de profundidad.
- Colocar leña en forma piramidal, cubriendo el fondo.
- Prender con un pedazo de ocote y dejarlo quemar hasta que se convierta en brasa.
- Preparar las pencas de maguey que deben cubrir el hoyo y la carne.
- Sacrificar el borrego; limpiar y descuartizar en piezas.
- Limpiar el menudo (entrañas del animal) con agua de cal asentada.
- Raspar con un cuchillo; lavar perfectamente.
- Introducir en la panza, con salsa verde o roja, todo el menudo.
- Colocar en un cazo la cabeza y patas con los chiles tostados, garbanzos y cinco litros de agua.
- Ponerlo en el fondo del hoyo para obtener consomé.
- Instalar encima del cazo una reja, cruzando encima de ella unas pencas de maguey.
- Colocar las piezas del borrego y la panza rellena sobre las pencas de maguey.
- Cubrir la carne, muy bien, con más pencas; poner tierra encima.
- Retirar después de doce horas.



BIRRIA

INGREDIENTS

- 2 kilograms of pork meat
- 3 ancho peppers
- 1 tomato
- 1 small onion
- 2 garlic cloves
- 8 black peppercorns
- 1 teaspoon oregano
- 1 cup of vinegar
- Salt to taste

METHOD OF PREPARATION

- Soak peppers and blend them with the fragrant ingredients and salt.
- Combine with vinegar and pour over the meat adding the remaining ingredients.
- Let it sit for 10 minutes.
- Place the meat on top and 2 liters of water at the bottom of a steamer.
- Cover it well and cook for 1 hour.
- Serve with the resulting broth and chopped onion.



BIRRIA

INGREDIENTES

- 2 kilos de carne de puerco
- 3 chiles anchos
- 1 jitomate
- 1 cebolla chica
- 2 dientes de ajo
- 8 pimientas
- 1 cucharadita de orégano
- 1 taza de vinagre
- Sal al gusto

MANERA DE HACERSE

- Se pone el chile a remojar y se muele con todos los olores y sal.
- Se baja con vinagre y se le pone todo a la carne.
- Se deja reposar 10 minutos.
- En una vaporera, se coloca la carne arriba y abajo, 2 litros de agua, se tapa muy bien y se pone a cocer una hora.
- Se sirve con jugo del mismo y cebolla picada.



*Please consider a gift to support the
Mexican Cookbook Collection*

YOUR CONTRIBUTION HELPS:

- Ensure the materials are in a stable condition so they can safely be used by students, chefs, scholars, and the community.
- Introduce rare primary source materials to countless students and researchers at UTSA and in San Antonio.
- Build a robust and distinctive collection that moves the UTSA Libraries and UTSA closer to R1 recognition.
- Invest in San Antonio's connection to Mexico, making San Antonio a destination city for the study and research of Mexican cuisine worldwide.
- Promote San Antonio's designation as a Creative City of Gastronomy as recognized by UNESCO.

FOR FURTHER INFORMATION, CONTACT

Felipe Barrera

Director of Development

felipe.barrera@utsa.edu

¡Buen Provecho!

ACKNOWLEDGMENTS

UTSA's Mexican Cookbook Collection includes over 2,000 titles in English and Spanish documenting the variety and history of Mexican cuisine from 1789 to the present, with most books dating from 1940-2000. In addition to broad general coverage, the collection includes concentrations in the areas of regional cooking, healthy and vegetarian recipes, corporate advertising cookbooks, and manuscript recipe books.

The core of the collection consists of more than 500 books donated by San Antonio resident Laurie Gruenbeck in 2001. Gruenbeck acquired the cookbooks during her travels in Texas and Mexico over 30 years. The collection continues to grow through purchases and gifts.

Some of the work presented in “Recetas: cocinando en los tiempos del coronavirus” includes work previously published in “La Cocina Histórica,” a retired blog produced by rare books librarian Juli McLoone.

SOURCES WORTH CONSULTING

La Cocina Histórica Blog

<https://lacocinahistorica.wordpress.com>

Explore digitized cookbooks

<https://digital.utsa.edu/digital/custom/mexicancookbooks>

UTSA Libraries Special Collections

<https://lib.utsa.edu/specialcollections/>

Recetas: Cooking in the Time of Coronavirus

<https://lib.utsa.edu/recetas>





UTSA Special Collections | **UTSA** Libraries and Museum
John Peace Library ■ Downtown Library ■ Applied Engineering & Technology Library
■ UTSA Institute of Texan Cultures

lib.utsa.edu/specialcollections | giving.utsa.edu

Scan the QR code for more information.

