

Recetas de la Costa Grande, Guerrero

Filetitos de pescado rebosados

Cortar tiras de filete de pescado de 2 y ½ cm de ancho, unos 16 cm de largo y 1 y ½ cm de grueso. Pescado blanco de carne firme (del más económico).

Marinado de las tiras: Las tiras de pescado se marinan por 30 min. en agua muy fría, que contiene (para 4 litros de agua, alcanza para marinar 50 a 60 tiras):

- Jugo de dos limones medianos
- 2 cucharadas soperas de sal de mesa (o cantidad para que el agua sepa salada)
- 1 cucharadita de pimienta blanca
- 2 pizcas de comino en polvo

Las tiras se revuelven en la marinada al menos 4 veces para que todas se impregnen de los sabores. Luego se escurren perfectamente, dentro de una hielera o refrigerador, o se secan en papel estroza.

Elaboración de la pasta (para 50 a 60 tiras):

- 1 kg de harina de trigo
- 1/2 cucharadita de royal
- 1/2 cucharadita de sal
- Agua muy fría al gusto

En un bowl metálico se coloca: harina, sal y royal y se mezclan muy bien. Se agrega 1 y ½ vasos de agua muy fría y se bate suavemente con una pala flexible, y poco a poco se agregan chorritos de agua muy fría hasta que quede una consistencia cremosa espesa. Nunca se bate vigorosa o rápidamente porque la pasta para el capeado puede quedar masuda. Se deja reposar por media hora en el refrigerador o sobre hielo, tapado el bowl con un trapo húmedo para que no se oreo ni se seque; se revuelve a veces.

Preparación:

- Las tiras de pescado se enharinan bien
- Se sumergen en la pasta hasta quedar completamente cubiertas
- Inmediatamente se fríen a fuego medio hasta dorar ligeramente
- Se escurren

Se usan las salsas Oriental, Coloradita, Campirana, Guacamolero o Brava para estos filetes.

Quesadilla de mariscos

Relleno:

1. Cortar pescado blanco, camarón y calamar en trocitos: Para 1 Kg de pescado se usa ½ Kg de camarón y ½ Kg de calamar.
2. Cortar ¾ Kg de jitomate (sin semillas) en trocitos.
3. Cortar 2 cebollas medianas en trocitos.
4. Cortar 12 hojas de epazote en trocitos (muy finos).
5. Machacar 3 dientes de ajo hasta hacerlos puré.
6. Revolver todo, agregar sal, pimienta y un chorrito de aceite de oliva. Dejar reposar 1 hora en refrigerador (si se deja toda la noche es mejor), revolviendo a veces.

Preparación:

7. En una tortilla normal colocar cucharada y media de relleno
8. Doblar y cerrar con palillos.
9. En aceite de girasol freír hasta medio dorar
10. Escurrir

Se usan las salsas Coloradita, Campirana o Brava para estas quesadillas.

Minilla de cazón

Picar finamente 1 Kg de cazón, 1 Kg de jitomate, 1 taza de cebolla, 3 dientes de ajo, media taza de aceitunas, hojas de tomillo y mejorana (una cucharadita c/u).

Relleno:

1. En aceite de girasol sofreír la cebolla, luego agregar ajo, luego jitomate, luego las aceitunas y las hierbas.
2. Agregar el cazón
3. Agregar sal y pimienta
4. Revolver constantemente hasta secar, siempre a fuego bajo.

Seguir instrucciones de preparación de las quesadillas de mariscos.

Se usan las salsas Coloradita, Campirana o Brava para estas quesadillas.

Tostada de mariscos

1. Cortar pescado blanco, camarón y calamar en trozos medianos (de un centímetro): Para 1 y medio Kg de pescado se usa 1 Kg de camarón y 1 Kg de calamar.
2. Salpimentar y cocerlos al vapor por 4 a 5 minutos, no más. Conservar en refrigerador.
3. Elaborar un pico de gallo (jitomate, cebolla, cilantro, sal, gotas de limón y aceite de oliva).
4. En una tostada de tamaño mediano colocar los mariscos cocidos.
5. Encima el pico de gallo.

Se usan las salsas Coloradita, Campirana o Brava para la tostada.

Ceviche mariscos

1. Picar en trozos pequeños (medio centímetro): Pescado blanco, camarón y pulpo (o poco pulpo y calamar cuando el pulpo está caro). Tenerlos por separado.
2. Cocer con limón y por separado el pescado (4 minutos), camarón (3 minutos), pulpo (12 minutos), agregando sal y pimienta, revolviéndolos constantemente. Pasado este tiempo escurrirlos muy bien. Aunque se escurran bien, como se le queda algo de limón se siguen cociendo, por eso no conviene preparar grandes cantidades, sino según vaya el consumo. No tienen que estar nadando en limón, con 5 a 6 limones es suficiente para 1 Kg de producto, porque se debe revolver constantemente.
3. Tener jitomate, cebolla, cilantro y chile verde picados, por separado.
4. En una copa coctelera chica agregar cucharadas soperas copeteadas de: primero, 1 cucharada de pulpo; luego, 1 cucharada de pescado; luego 1 cucharada de camarón. Al último, jitomate, cilantro, chile, cebolla y aceite de oliva al gusto del comensal (hay quienes no gustan del cilantro o de la cebolla o quieren poco chile o sin chile).
5. Servir acompañado de galletitas saladas.

Observación: Tener los productos por separado permite ofrecer ceviche sólo de pescado, sólo de camarón o sólo de pulpo o mezcla de dos ingredientes, a gusto del comensal.

Calabacitas rellenas de pescado, camarón o ambos

- Comprar calabacitas más o menos de unos 7 cm de largo y algo gruesas.
- Perforarlas con el descorazonador de manzanas, y ahuecar lo más posible evitando que la pared quede muy delgada.
- Salpimentarlas por dentro y fuera.
- Rellenarlas de pescado o camarón (o ambos), crudo y salpimentado.
- Con palillos, bloquear cada extremo.
- Cocer al vapor o hervidas, pero que no se lleguen a desbaratar. Si se hierven, agregar al agua sal, laurel y tomillo; a fuego bajo (escurrir muy bien).
- Se sirven partidas en rodajas o a lo largo, bañadas con una salsa coloradita o campirana con muy poco chile pues es sólo para saborizar.
- Se sirven dos. Se comen solas o con galletas saladas.

Brocheta de mariscos

1. Se cortan cuadros de pescado, pulpo o calamar de más o menos 2.5 centímetros, y lleva camarón entero. Los trozos de pulpo o calamar deben estar a medio cocer (hervidos con agua, poca sal, mejorana, tomillo y laurel, por 5 a 6 minutos a fuego fuerte).
2. Se cortan trozos de jitomate, cebolla, pimiento verde y amarillo del mismo tamaño.
3. En un palito de aproximadamente 24 cm se colocan los trozos de productos (dos de cada ingrediente por palito).
4. Se unta con aceite de oliva, se salpimenta y se pone a la parrilla volteando cada vez que un lado está a medio dorar.
5. Se sirve sobre una tortilla de harina grande.

Sopa de mariscos

- 1 robalo de 1 y medio kilos. Pedir que lo corten en trozos de más o menos 100 gr (rinde 8 piezas). Pedir la cabeza y espinazo.
- 1 y medio kilos de pulpo entero. Se cuece en olla expres por 25 min, con poca sal y 2 hojas de laurel. Cocido, se parte en trozos de 2 cm.
- 1 y medio kilos de langostino con cabeza
- 1 kg de camarón pelado
- 2 kg de almeja
- Medio ramillete de hierbas de olor (tomillo, laurel y mejorana), y orégano
- Salsa inglesa
- Salsa Maggi
- Sal y pimienta al gusto

Salsa de jitomate:

1 k de jitomate, 1 cebolla mediana, 1 diente de ajo: Se trocean, hierven y licuan (con poco agua de cocción); se cuela y el colado se pone a freír por unos 4 a 5 min a fuego medio. Reservar.

Preparación del Caldo:

Se hierve la cabeza y espinazo del robalo en 3 lt de agua, con las hierbas de olor, una cucharadita de orégano y media cucharadita de pimienta, más o menos por 20 min. A fuego medio.

Elaboración de la sopa:

Se cuela el caldo, se agrega: la salsa de jitomate, 2 cucharadas de salsa inglesa y 1 de maggi, y se pone a hervir a fuego medio por 5 min. Luego: almeja y pulpo, hervir 4 a 5 min; luego, langostino, camarón y pescado por 5 a 6 min (a lo más). Mientras se prepara esto, se rectifica de sal.

Inmediatamente se sirve en platos de barro altos, en c/u medio limón al lado.

En la mesa colocar un platito con chile verde picado finamente, para que el comensal agregue a su gusto, o utilizar la salsa Coloradita que va muy bien con este plato.