Tecnología Doméstica PROFECO | Ya sea para tu casa o para emprender, te decimos cómo hacer:

Chiles serranos en salsas y en escabeche

Chiles toreados envasados al vacío

kcal: 239 **Porciones:** 15 **Tiempo de elaboración:** 15 minutos
Caducidad: 1 a 2 semanas en refrigeración una vez abiertos.
Costo: $36

Ingredientes:

- 1 taza de chiles serranos o 250 g
- 2 cebollas grandes
- 3 cucharadas de aceite de olivo
- 1 cucharada de orégano
- 2 limones
- 3 cucharadas de vinagre
- 3 cucharadas de jugo sazonador
- 5 cucharadas de salsa de soya
- 2 frascos con tapa

Procedimiento

1. En un sartén coloca un poco de aceite, los chiles, la cebolla en rodajas y un poco de sal.
2. Agrega el orégano, el jugo de los dos limones y mezcla.
3. Agrega la salsa de soya, el jugo sazonador, el vinagre y el agua, deja hervir y apaga el fuego.
4. Envasa al vacío como los chiles en escabeche. Te podrán durar hasta 10 meses sin abrirlos.

Salsa espesa de chile serrano y cebolla frita con un toque de cilantro

kcal: 739 **Porciones:** 18 **Tiempo de elaboración:** 5 minutos
Caducidad: 1 a 2 semanas en refrigeración una vez abierta.
Costo: $46

Ingredientes:

- 1 cebolla mediana
- 2 yemas de huevo
- 2 limones
- 2 dientes de ajo
- ½ taza de aceite de olivo
- ½ taza de aceite vegetal
- 1 taza de agua
- 1 cucharadita de sal fina
- 1 frasco con tapa
- 2 chiles serranos
- 1 manojito de cilantro

Procedimiento

1. Rebana la cebolla y ponla en el sartén a sancochar con un poco de sal.
2. Licua las 2 yemas de huevo, el jugo de limón, los 2 dientes de ajo y los 2 chiles.
3. Mientras licuas incorpora la mitad del aceite en forma de hilo a la licuadora a velocidad baja.
4. Cuando se forme una pasta agrega el agua, la cebolla, el resto del aceite, el cilantro y media cucharadita de sal. Ten cuidado de no moler mucho el cilantro.
5. Puedes envasarla al vacío como los chiles en escabeche. De esta manera te podrá durar hasta 10 meses sin abrirla.

Mira el video en nuestro canal de YouTube PROFECO y suscríbete a él.

Chiles serranos en escabeche, con cebollas y zanahorias y envasados al vacío

kcal: 344 **Porciones:** 10 **Tiempo de elaboración:** 30 minutos
Caducidad: 1 mes una vez abiertos. **Costo:** $72

Ingredientes

- 250 g de chiles serranos
- 2 piezas de zanahorias grandes
- 12 cebollitas cambray
- 2 dientes de ajo
- ½ taza de vinagre
- Aceite de olivo
- 1 cucharadita de sal de mar
- 1 cucharadita de pimienta gorda entera o Tabasco entera
- 1 manojo de hierbas de olor
- 2 frascos de vidrio con tapa

Procedimiento

1. Coloca un poco de aceite en una cacerola y pon a dorar los dos dientes de ajo, previamente pelados y aplastados con un cuchillo.
2. Lava y pela las zanahorias y rebánalas sesgadas, aproximadamente 1 cm cada corte.
3. Añade los chiles (lavados), los bulbos de las cebollas sin la última capa de piel, las rodajas de zanahoria, la pimienta, la sal, el vinagre, un poco de hierbas de olor y el agua. Mueve un poco entre cada ingrediente.
4. Deja hervir de 10 a 12 minutos.
5. Envasa en un frasco esterilizado en agua con vinagre, deja 1 cm libre entre la tapa y el contenido del frasco.
6. Hierve el frasco tapado, en una olla tapada, con el contenido durante 20 minutos, sácalo del agua y déjalo boca abajo, sobre un trapo, hasta que enfríe. Tendrás el envasado al vacío y podrás guardarlos hasta 12 meses sin abrir.

Salsa Molcajeteada

kcal: 233 **Porciones:** 4 **Tiempo de elaboración:** 15 minutos
Caducidad: 1 a 2 semanas en refrigeración una vez abierta. **Costo:** $21

Ingredientes

- 500 g de tomate verde
- 1 pieza de cebolla mediana
- 4 chiles serranos
- 2 dientes de ajo
- 1 manojito de cilantro
- Aceite vegetal
- Sal de mar
- 1 molcajete*

Procedimiento

1. En un sartén coloca un poco de aceite y pon a dorar los dos dientes de ajo con los chiles previamente lavados.
2. Tatema los tomates, lavados, en un comal con un poco de aceite.
3. Agrega al sartén media cebolla en trozos pequeños.
4. En el molcajete muele los chiles con los ajos, la cebolla y un chorrito de aceite.
5. Agrega poco a poco los tomates partidos a la mitad, echa sal conforme vas moliendo.
6. Finalmente, incorpora un manojito de cilantro lavado, desinfectado y picado.
7. Puedes envasarla al vacío como los chiles en escabeche. En este caso te durará hasta 10 meses sin abrir.

*Si vas a estrenar un molcajete tienes que curarlo moliendo en él dos dientes de ajo, un poco de sal de mar, un trozo de cebolla, un poco de aceite y un poco de arroz crudo. Cerciórate que la mezcla quede untada en todo el molcajete por dentro. Deja reposar 15 minutos, enjuágalo con agua muy caliente y una vez seco úntalo con aceite por dentro.