

Mexicana

Platos Fuertes

Chiles en Nogada

Tradicionales Poblanos

Prep: 40m

Cocción: 45m

Total: 85m

6 porciones



Ref. visual: Jauja Cocina Mexicana (Janet)

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [21]

- ☐ 6 unidades Chiles poblanos grandes para rellenar
- ☐ 1.5 lbs Carne molida de res y cerdo combinadas
- ☐ 2 cucharadas Aceite vegetal neutro para cocinar
- ☐ 0.5 unidad Cebolla blanca picada fina
- ☐ 3 dientes Dientes de ajo picados
- ☐ 2 unidades Jitomates Roma maduros picados en cubos
- ☐ 1 unidad Manzana pelada y picada en cubos
- ☐ 1 unidad Pera lechera pelada y picada en cubos
- ☐ 1 unidad Plátano macho maduro en cubos
- ☐ 0.25 taza Pasas oscuras
- ☐ 0.25 taza Almendras peladas y fileteadas
- ☐ 2 cucharadas Piñones rosados o blancos
- ☐ 0.5 cucharadita Canela mexicana en polvo
- ☐ 1.5 cucharadita Sal kosher o de grano fino
- ☐ 0.5 cucharadita Pimienta negra recién molida
- ☐ 1.5 tazas Nueces de Castilla peladas (Diamond Walnuts)
- ☐ 4 oz Queso de cabra fresco o queso crema
- ☐ 1 taza Leche entera fresca
- ☐ 2 cucharadas Jerez seco o vino blanco
- ☐ 1 taza Semillas de granada roja fresca
- ☐ 0.25 taza Perejil fresco de hoja plana picado

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Nueces de Castilla: Diamond Shelled Walnuts
Nueces frescas sin rancidez esenciales para la nogada blanca. • Pasillo de repostería/frutos secos.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Tatemar y Sudar Chiles

20 min

Asa los poblanos en el comal caliente, mételos en una bolsa cerrada por 15 minutos, pela y retira las semillas con cuidado sin romper el chile.
✓ Control: Chiles pelados enteros limpios.
- 2

Cocinar Picadillo de Frutas

25 min

Calienta el aceite en la cazuela y acitrona la cebolla blanca y el ajo. Dora la carne molida hasta $\geq 160^{\circ}\text{F}$ (71°C) e incorpora jitomate picado, manzana, pera, plátano macho, pasas, almendras, piñones, canela, sal, pimienta negra y 1 cucharada de jerez hasta reducir.
✓ Control: Relleno aromático jugoso y seguro a $\geq 160^{\circ}\text{F}$ (71°C).
- 3

Licuar la Nogada

5 min

Licúa las nueces peladas, el queso de cabra, la leche entera, la cucharada restante de jerez, una pizca de canela y sal hasta lograr una crema sedosa.
✓ Control: Crema blanca espesa y brillante.
- 4

Rellenar y Emplatat

5 min

Rellena los chiles con el picadillo, baña generosamente con la nogada a temperatura ambiente y decora con granada roja y perejil fresco picado.
✓ Control: Plato tricolor mexicano emblemático.

SEGURO ALIMENTARIO Y TEMPERATURA: 160°F (71°C) MÍNIMO OFICIAL USDA PARA CARNE MOLIDA DE RES O CERDO
Seguridad Alimentaria USDA ($\geq 160^{\circ}\text{F}$ / 71°C): La carne molida de res o cerdo debe cocinarse hasta alcanzar al menos 160°F (71°C) en el centro medido con termómetro (no confíes únicamente en el color exterior o en que se vea jugosa), ya que las bacterias superficiales se distribuyen en toda la mezcla durante la molienda.

SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:
Nogada cremosa de blanco puro cubriendo el chile con el verde del perejil y los rubíes de la granada.

POR QUÉ FUNCIONA:
Pelar las Nueces: Remojar y retirar la piel amarga de las nueces favorece que la nogada quede de un blanco marfil inmaculado y sedosa.

EVITA ESTE ERROR:
La nogada quedó amarga: Pela las nueces tras remojarlas en leche hirviendo 10 minutos.