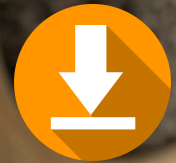


¡LLEGÓ LA HORA DE COCINAR CON PAPA FRESCA MEXICANA!

# RECETAS CONPAPA



RECETARIO DESCARGABLE







# BOWL PAPA TUNA POKE

## INGREDIENTES

2 papas fresca mexicanas peladas y cocidas partidas en cubos medianos  
3 filetes de atún  
1 cucharadita de aceite de oliva  
1 aguacate en cubos medianos  
1 pepino en cubos medianos  
Sal y pimienta al gusto  
Para marinar el atún  
3 cucharadas de salsa de soya  
2 cucharadas de jugo de limón  
4 cebollas cambray (los rabos rebanados)  
Salsa inglesa al gusto  
Jugo sazonzador al gusto

## PARA EL ADEREZO:

4 cucharaditas de mayonesa  
1 cucharada de salsa syracha  
1 cucharada de salsa de soya  
1 cucharada de salsa ponzu

Ajonjolí negro, poro frito y rabos de cebolla cambray para decorar.



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE PREPARACIÓN 35 min**





# PROCEDIMIENTO



1. En un bowl agregar los cubos de atún y los ingredientes para marinar. Tapar y meter al refrigerador 15 minutos.
2. En una sartén, calentar el aceite y agregar los cubos de papa. Mover hasta que tomen un color dorado por todas sus partes. Retirar.
3. En un bowl, agregar los cubos de papa, el atún marinado, el aguacate y el pepino y los rabos de cebolla cambray.
4. Servir acompañado de la salsa. Para decorar con ajonjolí negro, poro frito y cebollín.

**TIP:**  
**PUEDES SUSTITUIR EL ATÚN CRUDO POR ATÚN EN LATA.**



# ALAMBRE DE RES CON PAPAS

## INGREDIENTES

3 papas frescas mexicanas peladas,  
partidas en cubos medianos y cocidas  
2 cucharaditas de aceite vegetal  
½ cebolla picada en cubos chicos  
1 diente ajo picado finamente  
2 chiles cuaresmeños  
400 gr de carne de res (arrachera,  
sirloin o bistec) partido en cubos  
chicos  
Sal al gusto  
2 tazas de queso manchego rallado  
Tortillas  
Salsa al gusto para acompañar  
Limonas



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 6**



**TIEMPO DE  
PREPARACIÓN**

**45 min**





# PROCEDIMIENTO



1. Calentar en una sartén el aceite, agregar la cebolla, el ajo y el chile. Agregar las papas y cocinar hasta que se doren ligeramente por todos sus lados. Cuando cambie de color agregar la carne y cocinar hasta que tome un color dorado y se cocine por completo.
2. Cocinar hasta que la carne esté cocida por completo. Agregar encima el queso, apagar el fuego y tapar.
3. Servir acompañado de tortillas. Salsa y limón.

**TIP:**  
**PUEDES SUSTITUIR LA CARNE DE RES POR CARNE DE CERDO, POLLO, PAVO O BIEN POR CARNE DE SOYA.**







# HUEVOS BENEDICTINOS SOBRE PAPA

## INGREDIENTES

3 papas frescas mexicanas peladas y cocidas, hechas puré  
Ajo en polvo al gusto  
Cebolla en polvo al gusto  
1 huevo  
3 cucharadas de pan molido  
Sal y pimienta al gusto  
2 cucharadas de aceite  
8 huevos  
4 cucharadas de de vinagre blanco  
Arúgula al gusto  
1 aguacate en rebanadas  
4 cucharadas de jitomate deshidratado picado finamente

## PARA LA SALSA

3 tazas de leche  
2 cucharadas de harina  
1 cucharada de mantequilla  
½ taza de queso manchego



## PRODUCTO

Papa Fresca Mexicana

PORCIONES: 4

## TIEMPO DE

PREPARACIÓN 35 min





# PROCEDIMIENTO



1. En un tazón, agregar el puré de papa y sazonar con ajo y cebolla en polvo, sal y pimienta. Mezclar con el huevo y el pan molido hasta que la mezcla este homogénea. Reservar.
2. Formar con ayuda de las manos tortitas de papa redondas de tamaño mediano, que queden ligeramente gruesas, aprox. medio cm de grosor.
3. Calentar una sartén y freír las tortitas hasta que estén doradas de ambos lados. Reservar.
4. Por otro lado, calentar en una olla, un litro y medio de agua, agregar el vinagre y cuando comience a sacar burbujas ligeras al fondo, bajar el fuego. Con ayuda de una cuchara remover el agua en forma de remolino. Agregar un huevo cascado y dejar cocinar por 6 a 8 minutos. Retirar del agua con ayuda de un colador. Repetir la operación con cada huevo.
5. Servir una torta de papa, encima arúgula, aguacate, un huevo, bañar con salsa y decorar con jitomate deshidratado.

## PARA LA SALSA

Calentar una olla, agregar la mantequilla, una vez que derrita, agregar harina, bajar a fuego medio y remover hasta que cambie de color. Enseguida agregar la leche poco a poco y mover con ayuda de un batidor de globo hasta que se integre muy bien la mezcla. Debe quedar sin grumos. Una vez mezclado, cocinar hasta que la salsa tome una consistencia ligeramente espesa. Agregar el queso rallado, sazonar al gusto y reservar caliente para servir.

### TIP:

**PUEDES CAMBIAR LOS HUEVOS POCHADOS POR HUEVOS ESTRELLADOS O REVUELTOS SEGÚN TU PREFERENCIA.**





# SOPA DE JITOMATE ROSTIZADO CON CROQUETAS DE PAPA

## INGREDIENTES

### PARA LAS CROQUETAS

- 2 papas frescas mexicanas cocidas y hechas puré
- 4 cucharadas de queso parmesano
- 1 huevo batido
- 2 tazas de panko
- 5 jitomates guaje
- 1 diente de ajo
- ¼ de cebolla en rodajas
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 2 hojas de albahaca fresca
- 1 taza de crema ácida
- 1 taza de caldo de vegetales (opcional)
- Sal y pimienta al gusto



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE  
PREPARACIÓN**

**40 min**





# PROCEDIMIENTO



1. Colocar el puré en un tazón, mezclar con el queso, sazonar y con ayuda de las manos formar bolitas del tamaño de un bocado
2. Batir el huevo y pasar las bolitas por huevo y después por panko. Reservar.
3. Calentar el aceite y freír las croquetas de papa. Una vez doraditas, sacar y reservar.
4. Para la sopa de jitomate
5. Colocar los jitomates en una charola de horno, sazonar con sal y pimienta y bañar con aceite de oliva, agregar el ajo y la cebolla y mezclar. Hornear a 180° C por espacio de 15 minutos o hasta que los jitomates cambien de color y se vean arrugados y ligeramente dorados. Retirar del horno.
6. Licuar, agregar albahaca, crema y si hace falta, agregar caldo de vegetales para que tenga la consistencia de una crema semi espesa.
7. Regresar la mezcla al fuego y calentar, rectificar sazón.
8. Servir la crema acompañada de las croquetas de papa. Decorar con hojas de albahaca y un chorrito de crema.

**TIP:**  
**PUEDES SUSTITUIR LOS CHÍCHAROS POR ACELGAS O ESPINACA, LOS JITOMATES GUAJES POR PIMIENTOS ASADOS O CHILES POBLANOS EN LA MISMA CANTIDAD.**







# BANDERILLAS CRUNCHY CON PAPA

## INGREDIENTES

2 papas frescas mexicanas peladas y partidas en tiras (tipo papas a la francesa)

8 salchichas de pavo

### PARA LA MEZCLA DE LAS BANDERILLAS

2 tazas de harina para hot cakes según las instrucciones del empaque

c/s Harina para empanizar

Sal y pimienta al gusto

c/s Panko para el empanizado final

### PARA EL ADEREZO

1 taza de salsa catsup

½ taza de mayonesa

¼ taza de mostaza

Salsa Tabasco al gusto

### PRODUCTO

Papa Fresca Mexicana



PORCIONES: 8



TIEMPO DE PREPARACIÓN

40 min





# PROCEDIMIENTO



1. Colocar un palito de madera a cada salchicha. Pasar por harina y retirar el exceso. Pasar por la mezcla de la masa y enseguida pasar por los cubos de papa frita y enseguida pasar por panko. Con ayuda de las manos, pegar muy bien el panko a la banderilla dando ligeras palmaditas alrededor de la banderilla.
2. En una olla con aceite caliente, freír las banderillas hasta que tomen un color dorado.
3. Retirar del aceite y servir acompañadas del aderezo y la ensalada de tu preferencia

**TIP:**  
**PUEDES UTILIZAR SALCHICHAS COCTELERAS PARA HACER UNA BOTANA**

## PARA EL ADEREZO

1. Mezclar todos los ingredientes hasta obtener una mezcla homogénea.







# DEDITOS DE PAPA CON QUESO

## INGREDIENTES

2 papas frescas mexicanas cocidas y hechas puré  
1 huevo batido  
c/s de harina para empanizar  
c/s panko  
400 gr de queso manchego, gouda, edam o el queso de tu preferencia que sea para derretir en bastones medianos  
Sal y pimienta al gusto

## PARA SERVIR

Aderezo de queso azul  
Salsa picante al gusto  
Palitos de zanahoria, apio y pepino



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE PREPARACIÓN**

**40 min**





# PROCEDIMIENTO:



1. Colocar en un bowl el puré de papa, sazonar al gusto y reservar.
2. Con ayuda de las manos, tomar una porción de puré y cubrir un bastón de queso. Cerrar por completo y colocar en una charola. Repetir el paso con el resto de los ingredientes. Congelar por espacio de 30 minutos.
3. Retirar del congelador, pasar por harina, retirar el exceso, pasar por huevo y enseguida por panko. Repetir la operación hasta terminar con todos los deditos. Volver a congelar por 20 minutos.
4. Calentar aceite suficiente para freír de manera profunda los deditos. Una vez doraditos, retirar del aceite y servir caliente con el aderezo, salsa picante y bastones de vegetales.

**TIP:**  
**PUEDES SUSTITUIR EL QUESO MANCHEGO POR QUESO PANELA PARA BAJAR EL CONTENIDO CALÓRICO.**







# HAMBURGUESA DE PAPA CON PORTOBELLO

## INGREDIENTES

2 papas cocidas y hechas puré  
1 huevo batido  
3 cucharadas de pan molido  
c/s de aceite para freír  
Sal y pimienta al gusto  
4 hongos Portobello grandes  
8 rebanadas de queso para fundir  
4 hojas de lechuga grandes  
2 jitomates rebanados  
8 rebanadas de tocino frito



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE  
PREPARACIÓN**

**40 min**



# PROCEDIMIENTO



1. Colocar en un tazón el puré de papa, huevo y pan molido, sazonar al gusto y reservar.
2. Con ayuda de las manos, formar tortitas de papa un poco gruesas y grandes para formar una especie de pan para hamburguesa. Freír en una sartén con un poco de aceite hasta que tomen un color dorado. Retirar y reservar.
3. En una sartén agregar un poco de aceite y sazonar y freír los portobellos por ambos lados hasta que se tornen dorados y queden bien cocidos, colocar dos rebanadas de queso encima de cada hongo. Esperar a que se derrita. Resevar.
4. Armar las hamburguesas poniendo una torta de papa como base, enseguida lechuga, jitomate, un portobello y tocino. Tapar con otra tapa de papa.
5. Servir y preparar al gusto con mayonesa, mostaza y cátsup si así lo desea.

**TIP:**  
**PUEDES SUSTITUIR EL HONGO PORTOBELLO POR HAMBURGUESAS DE CARNE MOLIDA Y SERVIR DE LA MISMA MANERA.**







# SANDWICHES HELADOS DE PAPA

## INGREDIENTES

3 papas frescas mexicanas cocidas y hechas puré

¼ tz de harina de trigo

1 huevo

90 gr de mantequilla

100 gr de azúcar

100 gr de polvo de almendra

1 cucharadita de canela en polvo

1 yema de huevo para barnizar

Azúcar glass para espolvorear

1 litro de helado de vainilla

Salsa de chocolate para decorar



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE PREPARACIÓN**

**40 min**



# PROCEDIMIENTO:



1. Colocar en un tazón el puré, con el huevo, mantequilla, azúcar, almendra en polvo y canela. Batir hasta que la mezcla quede homogénea y sin grumos.
2. Con ayuda de un scoop colocar sobre una charola porciones de masa espaciadas, aplanar y dar forma con la mano, barnizar con la yema de huevo y espolvorear con azúcar glass.
3. Hornear a 180°C por espacio de 20 minutos o hasta que luzcan doradas y firmes.
4. Retirar del horno y reservar hasta que enfríen por completo.
5. Para servir, hacer un sandwich con una bola de helado de vainilla en medio, decorar con salsa de chocolate y nuez picada.

**TIP:**  
**PUEDES HACER SÁNDWICHES  
CON HELADOS DE DISTINTOS  
SABORES.**







# TOSTADAS PAPAS A LA MEXICANA

## INGREDIENTES

- 2 papas frescas mexicanas peladas y cocidas cortarlas en cubos medianos
- 1 cebolla blanca picada en cubos chicos
- 1 diente de ajo picado finamente
- 2 chiles cuaresmeños picados finamente
- 3 jitomates guaje picados finamente sin semillas
- 4 cucharadas de cilantro picado finamente
- 3 cucharadas de aceite vegetal
- Sal al gusto

- Tostadas de maíz para servir
- Crema ácida para servir
- Queso Ocozingo para servir



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE PREPARACIÓN**

**40 min**





# PROCEDIMIENTO:



1. En una sartén, calentar el aceite y freír la cebolla y el ajo, cuando cambien de color, agregar las rajas de chile y las papas. Una vez que comiencen a cambiar de color, agregar el jitomate.
2. Cocinar por espacio de 15 minutos a fuego medio o hasta que se evapore el líquido. Sazonar con sal al gusto. Retirar del fuego y servir.
3. Armar tostadas, untadas con crema, papas a la mexicana y queso.

**TIP:**  
**PUEDES AGREGAR TOCINO O SALCHICHA A TU GUSTO A LA PREPARACIÓN.**







# QUESADILLAS DORADITAS DE PAPA

## INGREDIENTES

3 papas frescas mexicanas cocidas y hechas puré sazonado con sal  
16 tortillas de maíz taqueras  
1 litro de aceite para freír

### PARA ACOMPAÑAR

Lechuga romana lavada, desinfectada y picada en tiritas finas  
1 taza de crema ácida  
2 tazas de queso Chiapas desmoronado  
Salsa verde y roja tatemada



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE PREPARACIÓN**

**40 min**





# PROCEDIMIENTO:



1. Calentar las tortillitas de maíz y rellenar con el puré de papa. Cerrar doblando por la mitad y reservar.
2. Calentar el aceite y freír cada una de las quesadillas hasta que estén muy doradas y crujientes.
3. Servir acompañadas de lechuga, crema y queso y la salsa de tu elección.

**TIP:**  
**PUEDES FREÍR LAS QUESADILLAS EN LA FREIDORA DE AIRE SI ASÍ LO DESEAS.**







# POZOLE DE PAPA CON CARNE DE CERDO

## INGREDIENTES

5 papas frescas mexicanas cocidas en cubos chicos  
1.5 kg de carne de cerdo cocida y deshebrada (maciza, costilla, codillo) con ajo, cebolla y sal al gusto.

Reservar el caldo de cocción.

3 chiles guajillo asados y hervidos

2 dientes de ajo asados

½ cebolla asada

Sal al gusto

### PARA SERVIR

3 tazas de lechuga romana picada en tiritas finas

10 rábanos rebanados

Orégano molido al gusto

Limonos partidos

Cebolla blanca al gusto picada finamente

Tostadas de maíz

Crema ácida



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 6**



**TIEMPO DE PREPARACIÓN**

**60 min**





# PROCEDIMIENTO:



1. En una olla, colocar el caldo de cocción de la carne de cerdo. Esperar a que hierva.
2. Mientras tanto, licuar el chile con la cebolla y ajo y un poco de agua. Agregar el puré de chile al caldo, sazonar al gusto y hervir por espacio de 10 minutos.
3. Agregar la papa, la carne de cerdo y permitir de hierva por 10 minutos más. Rectificar la sazón.
4. Servir y acompañar con lechuga, rábano, orégano, jugo de limón, cebolla, todo al gusto. Comer acompañado de tostadas de maíz con crema.

**TIP:**  
**PUEDES AGREGAR AL POZOLE UN POCO DE GRANOS DE MAÍZ PARA POZOLE PARA DARLE UN SABOR DISTINTO**





# ENCHILADAS DE PAPA ESTILO POTOSINAS

## INGREDIENTES

23 papas peladas y cocidas hechas puré  
½ taza de espinacas en tiritas, salteadas rápidamente  
Sal y pimienta al gusto

Para las enchiladas

16 tortillas de maíz taqueras  
1 taza de puré de chile guajillo y ancho (sazonado y molido con cebolla y ajo asado)  
4 cucharadas de aceite vegetal

## PARA SERVIR

3 tazas de lechuga romana fileteada  
1 taza de crema ácida  
1 taza de queso cotija desmoronado  
Salsa verde cruda al gusto

## PRODUCTO

Papa Fresca Mexicana



PORCIONES: 4



TIEMPO DE PREPARACIÓN  
40 min





# PROCEDIMIENTO:



1. Mezclar la papa con las espinacas. Sazonar al gusto. Reservar.
2. Barnizar las tortillas con el puré de chile, calentar una sartén con un poco de aceite y freír las tortillas. Rellenar con el puré de papa y calentar en la sartén por ambos lados.
3. Servir 4 enchiladas por persona con lechuga, crema y queso y agregar salsa al gusto.

**TIP:**  
**PUEDES AGREGAR A LA PAPA QUESO COTIJA DESMORONADO PARA DARLE UN TOQUE DE SABOR EXTRA.**







# ENSALADA DE PAPA CON NOPAL

## INGREDIENTES

2 papas Fresca Mexicana peladas y cocidas  
partidas en cubos medianos  
6 nopales baby picados en cuadros medianos  
y cocidos  
3 jitomates guajes sin semillas picados en  
cubos chicos  
4 rábanos picados en juliana  
1/3 cebolla morada picada en cubos chicos  
4 cucharaditas de cilantro picado finamente  
El jugo de tres limones  
Sal al gusto  
Aceite de oliva al gusto  
12 hojas de lechuga orejona baby



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 4**



**TIEMPO DE  
PREPARACIÓN**

**35 min**





# PROCEDIMIENTO



1. En un bowl mezclar todos los ingredientes y sazonar con sal y limón al gusto.
2. Refrigerar unos 20 minutos antes de servir.
3. Preparar taquitos de lechuga rellenos de ensalada de nopal.
4. Servir.

**TIP:**  
**PUEDES SUSTITUIR LAS  
LECHUGAS POR TOSTADAS DE  
MAÍZ HORNEADO.**







# CREMA DE PAPA CON CHAYOTE

## INGREDIENTES

3 papas Fresca Mexicana peladas, partidas en cubos medianos y cocidas

¼ cebolla picada en cubos chicos

1 diente de ajo picado finamente

2 chayotes picados en cubos y cocidos

3 tazas de caldo de vegetales

½ taza de crema ácida

2 cucharaditas de aceite vegetal

Sal y pimienta al gusto

2 tazas de queso panela en cubos

3 tortillas picadas en tiritas finas y fritas

2 chile pasilla frito



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 6**



**TIEMPO DE  
PREPARACIÓN**

**35 min**





# PROCEDIMIENTO



1. En una olla mediana calentar el aceite y sofreír la cebolla y el ajo hasta que cambien de color.
2. Agregar la papa y el chayote, cocinar por espacio de 4 minutos.
3. Agregar el caldo de vegetales y la crema, sazonar con sal y pimienta. Retirar de la olla y licuar.
4. Regresar a la olla y calentar hasta que hierva.
5. Servir acompañada de cubos de queso panela, tiritas de tortilla y chile fritos.

**TIP:**  
**PUEDES LICUAR LA CREMA EN LA OLLA CON AYUDA DE UNA BATIDORA DE MANO.**







# DOBLADITAS DE PAPA

## CON PLÁTANO MACHO RELLENAS DE FRIJOL

### INGREDIENTES

3 papas peladas y cocidas hechas puré  
3 plátanos machos horneados y hechos puré  
1 taza de frijoles negros refritos  
1 litro de aceite para freír

Crema ácida para servir  
Salsa roja asada para servir  
Queso Chiapas desmoronado para servir



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 6**



**TIEMPO DE PREPARACIÓN**

**35 min**







# PROCEDIMIENTO



1. En un tazón, mezclar el puré de papa con el puré de plátano macho. Mezclar muy bien y con ayuda de las manos, formar tortillitas. Colocar al centro una cucharada de frijol, cerrar. Repetir el procedimiento con toda la mezcla. Reservar.
2. Calentar aceite en una olla y freír las dobladitas hasta que tomen un color dorado. Retirar y dejar escurrir.
3. Servir las dobladitas acompañadas de crema de rancho, queso desmoronado y salsa roja.

**TIP:**  
**PUEDES HORNEAR LAS DOBLADITAS BARNIZADAS CON ACEITE O FREÍRLAS EN LA FREIDORA DE AIRE.**





# SOPA DE PAPA DE CON CHÍCHARO

## INGREDIENTES

3 papas en cubos cocidas  
2 tazas de chícharos cocidos  
2 tazas de caldo de vegetales  
1 lata de media crema  
4 rebanadas de tocino fritas y picadas  
1 taza de queso manchego picado en cubos chicos  
Sal y pimienta al gusto  
Ajo y cebolla en polvo al gusto



**PRODUCTO**  
Papa Fresca Mexicana



**PORCIONES: 3**



**TIEMPO DE  
PREPARACIÓN**

**35 min**





# PROCEDIMIENTO



1. En una olla, calentar el aceite, sofreír las papas y los chícharos. Agregar el caldo de vegetales y la media crema. Retirar de la olla y licuar.
2. Regresar a la olla de cocción y una vez que hierva, sazonar con sal, pimienta, cebolla y ajo en polvo al gusto.
3. Servir bien caliente acompañada del tocino frito y los cubos de queso manchego.

**TIP:**  
**PUEDES SUSTITUIR LOS CHÍCHAROS POR ACELGAS O ESPINACAS.**