

San Marcos

DESDE 1957



ESTA CUARESMA **SAN MARCOS**

CON SABOR A-MAR

Recetas y Tips

Haz de la cuaresma toda una experiencia
picosita y gastronómica

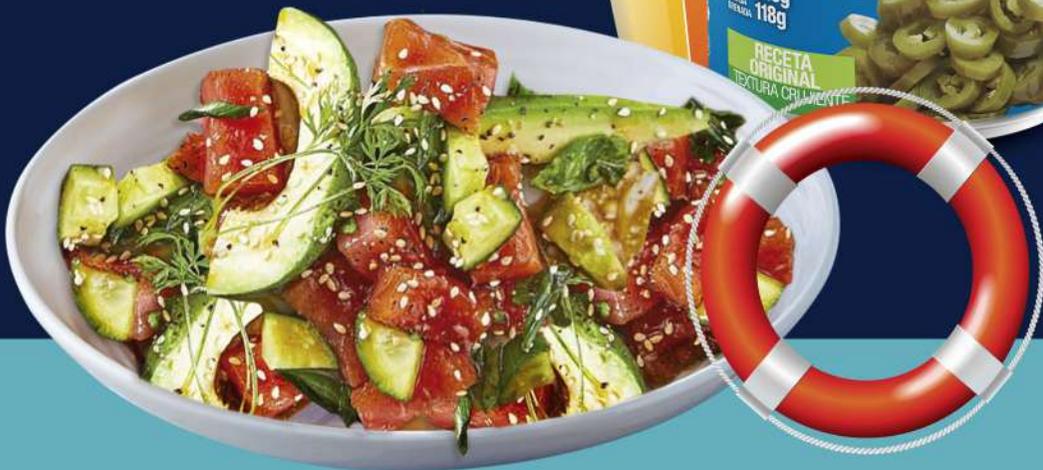
EL TOQUE DIVINO



San Marcos

DESDE 1957

ENSALADA DE ATÚN



EL TOQUE DIVINO CON SABOR A-MAR

Ingredientes

- 3 latas de atún fresco en agua de 140g c/u
- 3 cucharadas de **jalapeños en rodajas (nachos) San Marcos**
- 4 pepinillos rebanados
- 1 aguacate en gajos
- 1 cda. de ajonjolí
- 4 cdas. de soya
- 2 cdas. de aceite de ajonjolí
- 5 cdas. de jugo de limón

Procedimiento

1. Si lo que buscas es una comida sana, rápida, rica y muy fácil de hacer, sólo mezcla todos los ingredientes en un tazón, salpimenta y sirve de inmediato.



San Marcos

· DESDE 1957 ·

ENSALADA DE SURIMI



EL TOQUE DIVINO CON SABOR A-MAR

Ingredientes

8 barras de surimi

4 **rebanadas de piña**
San Marcos

1 aguacate

½ taza de mayonesa

3 cdas. de salsa catsup

2 cdas. de azúcar

Procedimiento

1. Corta en cubos pequeños el surimi, las **rebanadas de piña San Marcos** y el aguacate. Integra todo en un tazón.

2. Mezcla la mayonesa con la catsup y el azúcar. Baña la ensalada con el aderezo y sirve.



San Marcos

DESDE 1957

CODITOS CON ATÚN Y CHIPOTLE



EL TOQUE DIVINO CON SABOR A-MAR

Ingredientes

- 1/2 litro de crema
- 1 cucharada de consomé de pollo en polvo
- 2 **Chiles Chipotles Adobados San Marcos** y 1 cucharada del adobo
- 1 paquete de pasta de coditos
- 2 latas de atún en agua escurridas
- Queso tipo manchego cortado en cubos
- 1 taza de jitomate cherry cortado a la mitad
- 10 ramitas de cebollín fresco desinfectado y picado finamente

Procedimiento

1. Licúa la crema con el consomé de pollo y los **Chipotles San Marcos** con el adobo.
2. Mezcla los coditos previamente cocidos y escurridos con el atún, el queso manchego, el jitomate y el cebollín.
3. Baña los coditos con la salsa de chipotle, mezcla y ofrece.



San Marcos

DESDE 1957



TOSTADA DE MARISCOS

EL TOQUE DIVINO CON SABOR A-MAR

Ingredientes

1 paquete de tostadas de maíz

250g de camarón pacotilla

250g de aros de calamar cocidos y picados

250g de surimi finamente rebanado

250g de almejas picadas

1/2 taza de jugo de limón

1/4 de cebolla picada

1/2 lechuga romana lavada, desinfectada y picada

2 cucharadas de **jalapeños en trocitos San Marcos**

Sal y pimienta al gusto

Salsa picante al gusto

Procedimiento

1. En un trasto pon los mariscos, la cebolla y las cucharadas de **jalapeños en trocitos San Marcos**, revuelve y báñalos con el jugo de limón; sazona con sal y pimienta, cubre con plástico autoadherible y refrigera 20 minutos.

2. Al momento de servir, distribuye la lechuga entre las tostadas, encima reparte la preparación de mariscos y acompaña con salsa





PESCADO EN JOCOQUE /CREMA DE CHIPOTLE



EL TOQUE DIVINO CON SABOR A-MAR

Ingredientes

- 2 cucharadas cebolla
- 1 diente ajo
- ½ taza puré de tomate
- ¼ taza agua
- 2 chiles chipotle adobados San Marcos**
- 2 piezas de pescado
- 2 cucharadas jocoque/crema

Procedimiento

1. En la licuadora mezcla agua, con el puré de tomate, la cebolla, los chipotles San Marcos, el jocoque y sal al gusto.
2. Vacía la salsa en un sartén y coloca los filetes de pescado, ponlo a fuego bajo y tapa.
3. Los filetes se cocinarán en la salsa.



San Marcos

DESDE 1957



TACOS DE CAMARONES CON RAJAS DE JALAPEÑOS



EL TOQUE DIVINO CON SABOR A-MAR

Ingredientes

- 400g** de camarones medianos, pelados y desvenados
- 2** dientes de ajo, picados
- 1** cucharadita de comino molido
- 1** lata de **Rajas de Jalapeños San Marcos**
- 1/2** cucharadita de cebolla en polvo
- 2** limones
- 1** aguacate grande
- Aceite de oliva
- Sal al gusto
- Tortillas de maíz (o harina)

Procedimiento

1. Sazona los camarones con el ajo, sal, comino, las rajitas de **Chiles Jalapeños San Marcos** al gusto, cebolla en polvo y un poco de aceite de oliva. Cúbrelo y deja reposar por lo menos 15 minutos.
2. En una sartén grande con aceite de oliva saltea los camarones hasta que se vuelvan rosados. Retira del fuego y añade el jugo de limón.
3. Calienta las tortillas y rellena con los camarones, agrega el aguacate fresco y un chorro de jugo de limón recién exprimido.



San Marcos

DESDE 1957

TIPS DE CUARESMA

La **Cuaresma** está por comenzar y aunque preparar comidas sin carne puede parecer complicado, en realidad es más sencillo de lo que crees. Aquí te dejamos algunas recomendaciones que te pueden ayudar a planear tu menú de cuaresma.

Nuestra primera recomendación es que pienses qué le gusta a tu familia: a lo mejor les gustan las **ensaladas** o aman el **pescado**, tal vez quieran comenzar a comer más saludable y esta es la temporada perfecta para hacerlo.

Otra opción que es muy práctica para hacer cualquier día son las **pastas y sopas**, así como las **leguminosas y semillas**; con ellas podrás preparar platillos fáciles y rápidos.

No olvides incluir alguno de los productos de la familia **San Marcos**, con ellos resalta el sabor de tus platillos y le das **El Toque Divino**.

EL TOQUE DIVINO
CON SABOR A-MAR

