



**COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO**



**Artífices de las cocinas tradicionales de  
México.**

**HIDALGO**



COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Rocío Solís Gallego



Las Juntas, San Bartolo  
Tutotepec, Hidalgo



Mi experiencia en la cocina tradicional nace de mi madre campesina, que me enseñó a cocinar y a vender la comida y los productos de nuestros propios cultivos a la edad de 16 años. Mi platillo favorito es el trabuco, comida tradicional de mi querido pueblo; consiste en un tamal de hoja verde con chile guajillo, chile morita, cacahuete y una yerba especial llamada cabusasa, los cuales se acostumbra elaborar en la temporada de Todos Santos.

### ESPECIALIDAD

Trabucos y variedades de tamales.





COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Martha María Jiménez López



Rancho La Gaspareña,  
Singuilucan, Hidalgo.



Aprendí a cocinar con mis abuelas y mi madre, de quienes heredé el aprovechamiento de una planta maravillosa: el maguey, tan representativo de mi comarca. Nosotros tenemos la costumbre de cocinar con ingredientes locales, nativos y libres de agroquímicos, por lo que representa un orgullo compartir con los visitantes los sabores de nuestra tierra. Como un ejemplo de ello cocino el huevito de maguey en mixiote, que se consume sólo cuando el maguey llega a su madurez, capando la planta bajo la luna llena.

### ESPECIALIDAD

Huevo de maguey guisado.





COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Irma García López



Tenango de Doria, Hidalgo



Fue mi abuela la que me enseñó desde niña a moler el maíz en metate y a echar las tortillas al comal a la manera antigua. Me gusta mucho preparar platillos autóctonos como el memingue, que son frijoles gordos con maíz y salsa de molcajete. También preparamos atole de cacahuete, otra delicia de nuestra sierra otomí tepehua. Amemos con pasión la cocina tradicional para compartir con el mundo la riqueza de nuestra herencia cultural.

### ESPECIALIDAD

Meminges y atoles criollos.





COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Alejandra Arroyo Ramírez



Ventaquemada, Acaxochitlán ,  
Hidalgo.



Somos herederos de una gran tradición en comida regional hidalguense y contamos con un restaurante regional abierto al público desde hace casi 50 años. Los comensales nos buscan por nuestras enchiladas en salsa verde y las enmoladas, acompañadas de cecina de la huasteca y carne enchilada que elaboramos nosotros mismos.

### ESPECIALIDAD

Plato regional con carnes criollas.





COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Felicia Xalacalco Martínez



Los Reyes Ixtlahuacan, Hidalgo



Soy heredera de la tradición culinaria pues crecí junto al fogón desde mi primera infancia. Mi principal gusto como nanacatera son los hongos que recolectamos en lo profundo de los bosques y en determinadas épocas del año, con los que se preparan exquisitos platillos regionales, como el caldo de yemas, quesadillas con hongos y pancita, adobos o salsas.

### ESPECIALIDAD

Guisados de hongos silvestres.





COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Daniela Soto Hernández



Tenango de Doria, Hidalgo



La mejor herencia que me pudo dar mi abuela es el gusto por la cocina tradicional. Las recetas que preparo son muy antiguas, para preparar platillos sabrosos y saludables, como por ejemplo nuestras gorditas tamalatas, preparadas con masa de maíz, frijol y manteca de cerdo, envueltas en hojas de olor o papatilla silvestre. Pueden consumirse con salsitas o molitos, sobre todo en los días de lluvias, ya sea como desayuno o merienda.

### ESPECIALIDAD

Tamalatas y otros antojitos hidalguenses.





COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Alejandra Gómez Vargas



Tenango de Doria, Hidalgo



Mi especialidad son los antojitos, que ofrezco a mis clientes con mucho gusto y la mayor amabilidad posible. Entre las delicias de mi tierra que preparo con frecuencia están los tlacoyos de frijol y alverjón con salsita verde, cilantro y queso; tamales de frijol con cacahuete, tamales verdes y rojos, huaraches al gusto, enchiladas por encargo y para beber atolito de cacao, arroz, avena y cacahuete.

### ESPECIALIDAD

Tlacoyos de ingredientes criollos, tamales de cacahuete y atoles.







COCINA Y TRADICIÓN  
DE MÉXICO

## Martha Islas



**Rancho San Isidro, La Estancia,  
Singuilucan, Hidalgo**



Somos orgullosamente hidalguenses y nuestra cocina está íntimamente ligada al maguey, la planta de los prodigios. Preparamos en familia pollo al pulque en salsa de xoconostle sazónada en aceite de oliva, que acompañamos con cebolla morada picada finamente, arroz y cilantro; también nos gusta preparar chiles a la vinagreta rellenos de metzal o piña de maguey, que también preparamos a la mexicana. La familia elabora pulques curados desde hace más de 80 años.

### ESPECIALIDAD

Pollo al pulque, salsa de xoconostle y pulques curados.





**COCINA Y TRADICIÓN**  
DE MÉXICO