



COMEPESCA
COMITÉ OFICIAL DE TRABAJOS DE LOS
PRODUCTOS PESQUEROS Y ACUÍCOLAS, A.C.



BAJA
CALIFORNIA
GOBIERNO DEL ESTADO

PESCA
Secretaría de Pescas
y Acuacultura

COCINA LA BAJA

FESTIVAL GASTRONÓMICO

RECETARIO

DE PESCADOS Y MARISCOS



EL SABOR DE NUESTRA IDENTIDAD: COCINA LA BAJA

Baja California no se explica, se prueba.

Este recetario nace en el corazón de Cocina la Baja, el festival que celebra la unión indisoluble entre el productor pesquero, acuícola y el cocinero. Es el punto exacto donde convergen las bondades del océano, la nobleza de la península y la visión del talento humano.

Al abrir estas páginas, entras a las cocinas de la Península de Baja California, donde el Pacífico y el Golfo, nos dicta el menú y la creatividad no tiene límites.

Este recetario es un homenaje a quienes siembran y cultivan nuestro mar y a los chefs que transforman esa riqueza en arte. Aquí encontrarás la frescura de nuestros litorales y el carácter de nuestra tierra, desde la sencillez de un ingrediente recién extraido hasta la sofisticación de la cocina contemporánea.

Más que un manual de cocina, te compartimos nuestra forma de entender la vida: **con respeto al origen, pasión por el fuego, mar, tierra y el orgullo de pertenecer a la región gastronómica mas diversa de México.**

Te invitamos a descubrir los secretos de nuestra mesa y a llevar, bocado a bocado, el sabor auténtico de la Baja a tu propio hogar.



APoyo a
COMUNIDADES
LOCALES



SABOR
AUTÉNTICO



ACCIONES
CONTRA EL CAMBIO
CLIMÁTICO



CONSERVACIÓN DEL
ECOSISTEMA
MARINO

SIMBOLOGÍA



Tiempo de preparación



Número de porciones



Costo bajo
\$1 - \$350 pesos



Costo medio
\$301 - \$500 pesos



Costo alto
\$501 + pesos

ÍNDICE

RECETAS

- 3 Camarón estilo cucaracha Baja
- 4 El güero
- 5 Tamal de abulón azul en adobo de chile ancho y salsa de ulva
- 7 Taco frontera
- 8 Aguachile al pastor
- 9 Ostión doble textura en aguachile de ceniza con mouse de limón real
- 10 Ensalada asiática de abulón y erizo de mar
- 11 Curvina tatemada en taco crujiente con esencia de mar y campo
- 13 Jaiba roll
- 14 Ostión fresco Pai pai
- 15 Tostada de salpicón de lenguado
- 16 Pasta de algas con foam de erizo
- 17 Maky con ceviche tropical
- 19 Ostión con perlas de cerveza
- 20 Marea viva
- 21 Tostadas de Mar de Cortés
- 22 Dumpling mexa
- 23 Taco de la reyna
- 25 Moluscos místicos
- 27 Erizo de pan
- 28 Tiradito de verdillo al miso deshidratado
- 29 Chun-Kun de centolla
- 31 Helado de cremoso de ostión
- 32 Sope de caracol
- 33 Quesadilla de mejillón con huitlacoche
- 34 GLOSARIO
- 37 AGRADECIMIENTOS
- 38 COLABORADORES

CHEF: Rodolfo Luviano
RESTAURANTE: Brocha

PRODUCTOR: Tala Granja Acuícola
PRODUCTO: Camarón azul



TIEMPO

4
PORCIONES

COSTO

INGREDIENTES

- 500 g camarón chico con cabeza
- 1 kg manteca de cerdo
- 500 ml aceite de canola
- 500 g limón mexicano
- 60 ml salsa inglesa
- 100 g pasta de gochujang
- 100 g azúcar mascabado
- 100 ml agua potable
- 1 cdita. polvo de 5 especias China
- 1 cdita. salsa macha
- 200 g chayote
- 100 g chile serrano
- C/S sal de grano
- Cilantro

PREPARACIÓN

Retirar antenas y ojos de los camarones, manteniendo la cabeza y la cáscara intactas. Marinar los camarones con salsa inglesa y jugo de limón, mezclando para cubrir uniformemente. Reservar en refrigeración mientras se continúa con el resto de la preparación.

Para la salsa:

En una olla pequeña, combinar el **gochujang**, el polvo de cinco especias, el azúcar mascabado y el agua. Llevar a ebullición y cocinar a fuego medio, mezclando constantemente hasta obtener una salsa integrada y ligeramente espesa. Añadir la salsa macha y mezclar nuevamente para incorporar. Retirar del fuego y reservar.



Para la ensalada:

Pelar el chayote y cortarlo en tiras delgadas (juliana). Cortar el chile serrano del mismo grosor y mezclar con el chayote. Agregar jugo de limón y sal de grano al gusto. Reservar.

Para el montaje:

Calentar la manteca y el aceite juntos a 180 °C. Freír los camarones marinados durante 4 a 6 minutos, hasta que la cáscara esté crujiente y firme. Retirar los camarones y colocarlos sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa. Bañar ligeramente con la salsa, asegurando que cada camarón tenga cobertura sin exceder para mantener la **crocancia**. Colocar la ensalada de chayote sobre los camarones y finalizar con hojas de cilantro fresco. Servir acompañado de limones adicionales al gusto.

CHEF: Adan Patron

RESTAURANTE: La Cocedora de Langosta

PRODUCTOR: Cooperativa La Purísima

PRODUCTO: Caracol



INGREDIENTES

- 600 g caracol limpio
- 80 g cebolla morada
- 40 g chile güero
- 12 g jengibre fresco
- 20 g cilantro
- 140 g jugo de limón mexicano
- 6g Sal fina
- 1 g Pimienta blanca molida
- Tostadas para servir



PREPARACIÓN

Picar cebolla morada y chile güero en **petit brunoise**. Picar finamente el cilantro y el jengibre. Reservar.

Cortar el caracol en lájas delgadas. En un bowl mezclar el caracol con la cebolla, chile, jengibre y jugo de limón. Salpimentar.

Montar sobre tostada y terminar con un toque de cilantro fresco.



Caracol panocha

La clave para resaltar la finura del caracol está en dominar su firmeza. En recetas frías, se sugiere un blanqueado veloz en agua con sal de mar y un posterior choque térmico en hielo; este método facilita el laminado casi translúcido manteniendo su elasticidad característica. Su sabor es tan sutil que destaca notablemente cuando se acompaña con acentos cítricos muy ligeros.



@mrchimichurri

Tamal de abulón azul en adobo de chile ancho y salsa de ulva

5

CHEF: Eduardo Cervantes Weffru
RESTAURANTE: Surgencia

PRODUCTOR: Pescadores Nacionales de Abulón,
Isla de Cedros
PRODUCTO: Abulón azul



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 1 lata de abulón (*Haliotis fulgens*)
- Sal de mar de San Felipe al gusto
- Pimienta negra recién molida al gusto
- 200 g de macroalga *Ulva* cortada finamente, (previamente lavada, exprimirla para retirar el exceso de agua)
- 200 g de microalgas: *Isocrysis* y *Tetraselmis* lavada, exprimirla para retirar el exceso de agua)
- 200 g de chile ancho sin semilla, cortado en juliana fina
- 200 g de chile ancho sin semilla, cortado en juliana fina
- 5 dientes de ajo pelado y picado finamente
- 300 g de cebolla blanca picada finamente

Para la salsa de ulva:

- 100g de alga ulva
- 50 ml de jugo de limón
- Sal de mar de San Felipe al gusto
- Pimienta negra recién molida al gusto
- 150 g de tomate verde sin cáscara
- 1 pza de aguacate sin cáscara y semilla
- 1 manojo de cilantro
- Salmuera de la lata de abulón



PREPARACIÓN

Para la masa:

Poner a cocer la masa de maíz en el fondo de pescado, (para poder obtener la esencia y redondear los sabores marinos), sazonarla con la sal de mar de San Felipe y pimienta negra, agregar manteca de cerdo y las microalgas, una vez incorporado todos los ingredientes y que la mezcla adquiera una textura más espesa debido a la cocción se le va a retirar del fuego.

Para el adobo de chile ancho:

Cocinar cebolla blanca y el ajo en un sartén, sofreírlos para después agregar el chile ancho y fondo de pescado, esto para poder triturar la preparación; sazonarla con sal de mar y pimienta recién molida.

Una vez triturada la preparación se obtiene un adobo de chile ancho, el cual se deberá de agregar al abulón.

Para el abulón:

Abrir la lata y reservar la salmuera, cortar el abulón en cubos pequeños, y saltearlo en manteca de cerdo, cebolla blanca y ajo, para posteriormente agregar el adobo de chile ancho y rectificar sazón. (Reservar esta preparación para el momento de ensamble de los tamales).

Para el ensamble de los tamales calentar levemente la hoja de tamal a fuego directo, colocar porción de masa preparada, porción de abulón adobado y envolver el tamal.

Colocarlo en olla al vapor para que en un tiempo estimado de 40 minutos queden cocinados los tamales.

Para la salsa de ulva:

Licuar todos los ingredientes y verificar el sazón, servir directamente al tamal una vez desenvuelto.



@mrchimichurri

Abulón azul

Al integrar abulón azul en un tamal, el desafío es evitar que la cocción prolongada endurezca el callo.

El secreto consiste en un prepasado técnico: tras el golpeado manual para relajar las fibras, corta el abulón en cubos pequeños y séllalos ligeramente con manteca o mantequilla antes de incorporarlos a la masa.

Esto crea una barrera lipídica que conserva su jugosidad interna. Además, utiliza el líquido del primer hervor del caracol para hidratar la masa de maíz; esto transfiere el perfil umami y mineral directamente al tamal, logrando que el sabor del abulón impregne cada bocado sin necesidad de sobre cocer la delicada carne en la vaporera.



CHEF: Guillermo Serrato

RESTAURANTE: Ilusso Cocktail House

PRODUCTOR: Maralta

PRODUCTO: Merluza



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Base y proteína

- 500 g plátano macho (muy maduro)
- 300 g merluza (limpia)
- 2 láminas de alga nori
- 30 ml aceite de oliva (para sellar)
- Sal y pimienta al gusto

Encacahuatado de mantequilla

- 60 g cacahuate tostado (sin sal)
- 60 g mantequilla (en cubos)
- 1 pza chile ancho
- 1 pza chile guajillo
- 100 g tomate rojo (1 pieza)

Gel de morrón

- 1 pza pimiento morrón amarillo
- 1 pizca de Sal

Limoneta y guarnición

- 40 g cebolla morada (en juliana)
- 3 pzas rábano
- 15 g cilantro fresco
- 2 pzas limón (jugo)
- 40 ml aceite de oliva
- Sal al gusto

PREPARACIÓN

Para la tortilla se cuece el plátano macho maduro y turbinamos para resaltar el gluten del mismo plátano. Seguido se porciona



en bolitas de 30gr y con ayuda de una prensa para tortillas, se aplasta y cocemos para tener la tortilla.

Para el mole tostamos el arroz, cacahuetes y ajonjolí por separado. En una olla agregamos mantequilla y sofrié ajo y cebolla, una vez caramelizado, agregar tomate hasta que suelte sus jugos. Agregar chiles y lo tostado anteriormente y terminar con agua, dejar hervir, licuar y tamizar. Rectificar sal.

Tomar 30gr de merluza y agregar sal y pimienta, sellar en un sartén y retirar. Remojar alga nori en soya y con ella envolver la merluza. Montar merluza sobre tortilla de plátano y bañar con mole.

Aliñar con limoneta la cebolla en juliana, cilantro y rábano. Coronar el taco.

CHEF: Ezequiel Ramos Muñoz

RESTAURANTE: Las terrazas Estero Beach

PRODUCTOR: Mollusca

PRODUCTO: Callo de hacha



INGREDIENTES

- 400 g callo de hacha
- 3 pzas chile california
- 2 pzas chile pasilla
- 1 diente ajo
- 40 g cebolla blanca
- 1 g comino entero
- 1g canela
- 5 g jengibre fresco
- 6 hojas albahaca fresca
- 80 g piña natural en cubos
- 120 ml jugo de piña
- 80 ml jugo de limón amarillo
- 60 ml jugo de limón mexicano
- 40 ml aceite de oliva
- 2 g pimienta negra molida
- 1 pza aguacate
- 20 g cilantro picado
- 40 g totopos de nopal
- 60 g rábano sandía (láminas delgadas)
- 10 g brotes de cilantro
- 1/2 pza chile habanero

PREPARACIÓN

Preparar la salsa al pastor para aguachile:

Desvenar y retirar semillas de los chiles california y pasilla. Hidratar en agua caliente durante 10-12 minutos o hasta suavizar. En una licuadora, colocar los chiles hidratados, ajo, cebolla blanca, comino, canela, jengibre, albahaca, piña natural, jugo de piña, jugo de limón amarillo y jugo de limón mexicano. Moler hasta



obtener una salsa lisa. Colar para obtener una textura más fina. Integrar el aceite de oliva y la pimienta negra molida. Rectificar acidez y sal si deseas ajustar.

Preparar el callo:

Cortar los callos de hacha. Colocarlos en un recipiente frío y reservar mientras se arma el plato.

Montaje del aguachile:

Disponer las láminas de callo de hacha en un plato extendido. Bañar con la salsa al pastor asegurando que todas las piezas queden cubiertas. Añadir láminas de rábano sandía. Colocar cubos de aguacate y coronar con el cilantro picado. Añadir chile habanero al gusto (en lámina o picado). Finalizar con brotes de cilantro. Acompañar con totopos de nopal al centro o al costado del plato.

CHEF: Francisco Javier Carrizales Estrada

RESTAURANTE: Enseviche Bowls

PRODUCTOR: Gabriel Cota Amador

PRODUCTO: Ostión japonés



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 6 pzas ostión japonés
- 500 ml de aceite vegetal
- 100 g chile habanero
- 100 g chile serrano
- 1 tortilla de maíz
- 100 g limón amarillo
- 25 ml salsa soya
- 25 ml jugo sazonador



PREPARACIÓN

Agregar el aceite a un sarten, a fuego bajo. Agregar la carne de 3 ostiones japoneses, previamente secados y escurridos, tratando de retirar el exceso de líquido que tengan.

Dejarlos en el aceite por 15 minutos o hasta que comiencen a cambiar de color, a un color más marrón. Retirar del aceite a un escurridor y dejar reposar.

Abrir los otros 3 ostiones japoneses y mantenerlos en refrigeración por el tiempo que dure en estar listos los ostiones confitados.



Agregar los ostiones confitados a la misma concha con los ostiones frescos

Para la salsa:

Tatemar los chiles a fuego alto, hasta conseguir una costra de ceniza, llevar la tortilla de maíz a fuego directo, hasta que seque por completo, y por último mezclar todos los ingredientes en una licuadora hasta obtener una pasta oscura. Presentar con una rodaja de limón real.

CHEF: Thomas Guerrero
RESTAURANTE: Umai

PRODUCTOR: Hermanos Viera
PRODUCTO: Abulón y erizo



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 280 g abulón fresco
- 100 g gónada de erizo fresco
- 80 g kimchi
- 140 g wakame hidratado y picado
- 12 g menta fresca
- 16 g ají amarillo
- 60 g enoki fresco
- 40 g hongo shiitake
- 30 g zumo de yuzu
- 2 g sal ahumada
- 150 g arroz cocido estilo japonés
- 20 g aceite de oliva
- 8 g micro de chícharo
- 38 g flor de borraja
- 20 g cebollín
- Oro comestible

PREPARACIÓN

Curtir el abulón con jugo de yuzu y un poco del jugo del kimchi por 5 minutos. Mezclar en un bowl el kimchi picado, el shiitake, la menta, el ají amarillo, el erizo y el abulón curtido. Ajustar con sal ahumada y más jugo de kimchi hasta lograr un sabor intenso, brillante y umami.

Montar:

Colocar una base de arroz, añadir la mezcla asiática por encima y decorar con enoki fresco, micro de chícharo, flor de borraja y cebollín. Terminar con un hilos de aceite de oliva y, si se desea, un toque de oro comestible.



TIPS
del chef

Abulón azul

Al integrar abulón azul en un tamal, el desafío es evitar que la cocción prolongada endurezca el callo. El secreto consiste en un prepasado técnico: tras el golpeado manual para relajar las fibras, corta el abulón en cubos pequeños y séllalos ligeramente con manteca o mantequilla antes de incorporarlos a la masa. Esto crea una barrera lipídica que conserva su jugosidad interna. Además, utiliza el líquido del primer hervor del caracol para hidratar la masa de maíz; esto transfiere el perfil umami y mineral directamente al tamal, logrando que el sabor del abulón impregne cada bocado sin necesidad de sobre cocer la delicada carne en la vaporera.



@mrchimichurri

CHEF: David Rivera
RESTAURANTE: Casa Rivera

PRODUCTOR: Pesca Alternativa de Baja Calif. A. C.
PRODUCTO: Curvina plateada



TIEMPO



4
PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Proteína

- 480 g curvina plateada

Tostada:

- 200 g de masa de maíz
- 40 g harina de salicornia

Puré negro:

- 250 g coliflor
- 15 g tinta de calamar
- 20 g ajo negro (marca Barlic)
- 40 ml aceite de oliva del Valle de Guadalupe
- 4 g sal fina

Sazonador marino:

- 2 hojas alga nori
- 6 g sal de gusano

Ensalada:

- 80 g hinojo
- 80 g rábano sandía

- 20 ml aceite de oliva del Valle de Guadalupe

Salsa de maracuyá:

- 120 g puré de maracuyá
- 4 g chile piquín hidratado
- 10 g miel
- 20 ml jugo de limón
- 2 g sal fina

Perlas de fumet:

- 1300 ml fumet de curvina
- 2 g alginato
- 6 g calcio

Montaje:

- 8 g brotes de cilantro
- 20 ml vinagre blanco
- 6 hojas de salvia
- Madera suave para ahumado



PREPARACIÓN

Preparación de la curvina:

Seleccionar una curvina fresca sacrificada mediante técnica **Ikejime** para asegurar textura firme y sabor limpio. Cortar el lomo y marinarlo brevemente (2-3 minutos) con vinagre blanco y hojas de salvia.

Ahumar en frío con madera suave durante 20-30 minutos. Antes del montaje, **sellár** el lomo en sartén de hierro muy caliente al carbón para obtener una costra crujiente manteniendo el interior prácticamente crudo.

Elaboración de la tostada:

Mezclar la masa de maíz con la harina de salicornia hasta integrar completamente.

Formar tortillas finas y freír u hornear hasta lograr una textura crujiente.

Puré negro:

Cocinar la coliflor al vapor hasta suavizar. Procesar junto con el ajo negro, tinta de calamar, aceite de oliva y sal. Ajustar textura agregando unas gotas de agua si es necesario hasta obtener un puré uniforme, negro y sedoso.

Sazonador marino:

Tostar las hojas de alga nori en sartén seca. Procesarlas hasta convertirlas en polvo. Mezclar con sal de gusano y reservar.

Ensalada fresca:

Cortar el hinojo y el rábano sandía en láminas muy finas. Aderezar ligeramente con aceite de oliva. Mantener refrigerado hasta montaje.

Salsa de maracuyá:

Licuar el puré de maracuyá con el chile piquín hidratado, miel, jugo de limón y sal. Colar para obtener una salsa tersa y ligera.

Perlas de fumet:

Preparar un **fumet** con las espinas y cabeza de la curvina y colar. Mezclar con **alginato** y dejar reposar para eliminar aire. Formar perlas goteando la mezcla sobre un **baño de calcio**. Enjuagar y reservar en un poco de fumet limpio.

Montaje:

Untar una capa del puré negro sobre la tostada crujiente. Colocar el **tataki** de curvina sellada. Añadir la ensalada fresca de hinojo y rábano. Bañar con unas gotas de la salsa de maracuyá. Espolvorear el sazonador marino de nori con sal de gusano. Finalizar con las perlas de fumet y brotes de cilantro criollo.



Curvina plateada

Para un manejo óptimo de la curvina, el truco consiste en cuidar su estructura magra. Debido a su escasa grasa, requiere cocciones cortas para no secarse; en calor, sellar la piel es clave para lograr un contraste crocante ante la finura de sus músculos.

Un consejo profesional es usar cabeza y espinas para caldos cristalinos o "fumet", bases ideales de arroces.

En preparaciones crudas, como aguachiles, sugerimos un marinado breve de máximo cinco minutos; esto permite que el cítrico actúe sin ocultar la dulzura de la carne. Es el soporte ideal para resaltar insumos de Baja como el aceite y la sal de San Felipe.



@mrchimichurri

CHEF: Ulises Lomeli
RESTAURANTE: La Vicenta

PRODUCTOR: Pesquera Pioneros del Mar
PRODUCTO: Jaiba



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Proteína y sofrito:

- 500 g jaiba limpia (ya cocida y desmenuzada)
- 80 g cebolla blanca (picada fino)
- 120 g tomate (picado sin semillas)
- 60 g chile Anaheim
- 10 g ajo (picado fino)
- 4 g pimienta blanca
- 10 g sal fina
- 25 g chipotle adobado (licuado)
- 1 g chiltepín (molido)
- 120 g crema ácida
- 20 g mantequilla
- 20 g aceite de oliva

Tortillas:

- 4 tortillas de arroz grandes (para rollo frito)

Aderezo:

- 80 g crema ácida
- 60 g media crema
- 20 g chipotle adobado
- 0.5 g chiltepín
- 10 g siracha
- 4 g ajo (microplane)
- 2 g sal fina
- 1 g pimienta blanca

Toppings:

- 12 g cebollín (finamente picado)
- 6 g ajonjolí negro
- 10 g germinado de cilantro
- 12 g queso parmesano (rallado muy fino)



PREPARACIÓN

Cocer la jaiba en agua con sal por 10-15 min, enfriar y limpiar completamente. En un sartén, sofreír en aceite de oliva y mantequilla la cebolla, ajo y chile Anaheim por 3-5 min. Agregar el chipotle y chiltepín licuados, integrar 3 min. Añadir el tomate y reducir 3-5 min. Incorporar la jaiba, crema ácida, sal y pimienta. Cocinar a fuego bajo 10-15 min hasta que espese y perfume.

Armar los rollos usando las tortillas de arroz, rellenando con la mezcla caliente (1 min cada uno). Freír los rollos 2-3 min hasta dorar y volver crocantes.

Montar con aderezo al gusto y terminar con cebollín, ajonjolí negro, germinado de cilantro y parmesano.

CHEF: Josué Aguilar Rodarte

RESTAURANTE: Deckmans en el Mogor

PRODUCTOR: Baja shellfish Farms

PRODUCTO: Ostión PaiPai



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 12 ostiones
- 50 gr chalota picada fina (petit brunoise)
- 120 ml vinagre de arroz
- 30 ml yuzu

PREPARACIÓN

Para la Mignonette:

Picar la chalota en dados pequeños y finos (1-2mm).

Agregar vinagre de arroz y **yuzu**.

Dejar reposar 15 minutos

Montaje:

Abrir ostiones y agregar **Mignonette**.



TIPS
del chef

Ostión

Para unos ostiones con mignonette perfectos, el secreto es el equilibrio de temperaturas. Sirve el ostión recién abierto sobre una cama de hielo picado para mantener su textura firme.

Al preparar la mignonette, deja que la chalota marine en el vinagre de vino tinto al menos una hora; esto suaviza su picor y permite que el dulzor del ostión brille sin ser opacado por la cebolla.



@mrchimichurri

CHEF: Francisco Hernández
RESTAURANTE: Evoke

PRODUCTOR: Punta Canoas
PRODUCTO: Lenguado



INGREDIENTES

- 400 g lenguado
- 40 g aceituna
- 60 g repollo morado
- 80 g tomate
- 80 g pepino
- 80 ml jugo de limón amarillo
- 100 ml vinagreta de morita
- 160 g cremoso de abulón
- 4 pzas de pan artesanal tostado
- 2 g sal
- 1 g pimienta negra molida
- 10 g ajo
- 20 ml aceite

PREPARACIÓN

Cocción del lenguado:

En una sartén, calentar el aceite con el ajo machacado. Añadir los filetes de lenguado y cocinar a fuego medio hasta que estén firmes y se puedan desmenuzar con facilidad. Retirar del fuego, eliminar el ajo y deshebrar el pescado en trozos medianos.

Preparación del salpicón:

En un bowl, combinar el lenguado desmenuzado con la vinagreta de morita. Agregar el tomate, pepino, aceituna y repollo morado.



Integrar suavemente hasta obtener una mezcla homogénea. Sazonar con sal, pimienta y ajustar con jugo de limón amarillo al gusto.

Montaje del toast:

Untar una capa de cremoso de abulón sobre cada pieza de pan tostado. Colocar una porción generosa de **salpicón** encima.

Finalizar con algunas gotas adicionales de limón amarillo para realzar frescura.

CHEF: Alejandro Flores Romero
RESTAURANTE: Almatierra

PRODUCTOR: UPPE El Puerto de Santo
Tomás SPR de RL
PRODUCTO: Erizo morado



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Pasta:

- 500 g harina del Rosal
- 30 g tinta de calamar
- 5 pzas de huevo
- 25 g de agua
- 2 g alga wakame
- 2 g kombu

Mayonesa de miso:

- 400 g aceite vegetal
- 70 g pasta miso
- 30 g vinagre de arroz
- 10 g ajo blanco
- 4 g sal
- 2 pzas huevo
- 100g moruza de erizo

PREPARACIÓN

Masa para pasta:

Pulverizar las algas deshidratadas en una licuadora y mezclar con la harina. Verter los líquidos en un bowl y mezclar. (huevos, tinta, agua). Formar un volcán con la harina y en la parte del centro agregar los líquidos e incorporar y amasar. Cubrir con film, dejar reposar 20 min a temperatura ambiente y procesar.

Aderezo de moruza con miso:

Agregar a la licuadora el aceite, pasta miso, ajo, moruza de erizo y mezclar. (aceite de moruza). Emulsionar el aceite de moruza con el huevo, agregar vinagre y sazonar.



Erizo morado

Por su dimensión y carácter, el erizo morado resulta perfecto para emulsiones o mantequillas de autor. Al pasar las góndadas por un tamiz fino, se crea una crema untuosa para ligar pastas o salsas calientes al momento del pase. El calor residual basta para desprender su perfume sin desnaturizarlo, siendo el componente clave para inyectar un potente umami marino en tus creaciones.



@mchimichurri

CHEF: Román González
RESTAURANTE: Temaky Sushi Bar

PRODUCTOR: Pesquera Miramar de Tijuana
PRODUCTO: Jurel



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Rollo:

- 60 g ikura
- 4 hojas alga nori
- 8 pzas surimi (barras)
- 20 g pepino
- 25 g aguacate
- 100 ml vinagre de arroz
- 30 g azúcar
- 15 g sal
- 500 g arroz de grano corto
- 600 g agua
- Semilla de ajonjolí (blanco y negro)
- Piel de jurel frita
- c/n ajo en polvo
- c/n pimienta

Ceviche:

- 500 g jurel
- 150 g cebolla morada
- 150 g pepino persa
- 150 g mango
- 2 pzas limón mexicano
- c/n soya
- c/n aceite de ajonjolí

Cremoso de aguacate con serrano tatemado:

- 2 pzas aguacate
- 2 pzas chile serrano
- 1 dte ajo blanco
- 20 g cebolla blanca
- c/n jugo de limón mexicano
- c/n sal
- c/n aceite vegetal



PREPARACIÓN

Arroz:

Lavar el arroz hasta que el agua salga clara. Poner a cocer con agua destilada aproximadamente 25 min. Fuego medio. Reposar 15 min antes de usar.

Calentar el vinagre junto con el azúcar y la sal sin llegar a hervir. Mezclar hasta disolver.

Ceviche:

Cortar el jurel en cubos pequeños junto con las verduras y el mango. Agregar aceite de ajonjolí y soya al gusto.

Cremoso de aguacate con serrano tatemado:

Desvenar y **tatemar** el chile serrano con el ajo y la cebolla. Pasar a la licuadora junto con el aguacate, el limón, la sal y el aceite vegetal.

Piel frita:

Sazonar la piel con sal, pimienta y ajo en polvo. Freír hasta dorar. Quitar el exceso de aceite y moler.

Montaje:

En una hoja de alga nori, hacer una cama de arroz de 180g aproximadamente. Voltear alga para que el arroz quede por fuera.

Agregar surimi, aguacate, pepino en tiras. Darle forma al rollo con el **makisu** (tapete para sushi)

Una vez hecho el rollo, rodar por el polvo de piel de jurel para que se adhiera al arroz.

Cortar en 10 piezas. Montar sobre un plato plano y colocar el ceviche por encima del rollo. Decorar con puntos de cremoso de aguacate, ikura y ajonjolí.



TIPS
del chef



@mrchimichurri

Jurel de Castilla

Para lograr un sushi de jurel de rango profesional, la clave reside en el control térmico y el reposo del producto.

Pese a que la frescura es esencial, el jurel de Castilla se transforma con una maduración breve (jukusei); dejar el lomo protegido en papel por 24 horas en frío potencia el umami y suaviza el músculo.

Al cortar para nigiri, usa un solo trazo firme con el cuchillo, empleando toda la hoja para no maltratar la proteína.

Un detalle maestro es practicar incisiones leves en la superficie del corte; esto no solo mejora la adherencia de la soya, sino que expone de forma inmediata la sedosidad de la grasa al contacto con el paladar del comensal.



CHEF: Toni Márfig
RESTAURANTE: Casa Márfig

PRODUCTOR: Baja Selfish Farms
PRODUCTO: Ostión kumiai



TIEMPO



4
PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 4 ostiones Kumiai
- 200 g mejillón cocido
- 220 g pepino persa
- 60 g jugo de limón amarillo
- 2 g sal fina
- 0.5 g pimienta blanca molida
- 40 g perlas medianas de tapioca
- 0.5 g pimienta blanca molida
- 1 g paprika
- 8 g salsa de soya

PREPARACIÓN

Cocción de mejillones y sorbete:

Cuece los mejillones hasta que la carne esté firme (3-5 min desde que abre). Enfriar y separar la carne. **En la licuadora:** poner 200 g de mejillón cocido + 120 g de pepino persa + 40 g de jugo de limón + 2 g de sal + 0.5 g de pimienta + 1 g de paprika. Licuar hasta obtener mezcla muy homogénea. Colar fino para eliminar fibras y restos. Verter en un recipiente bajo y congelar removiendo cada 20-30 min hasta obtener textura **sorbete**, o usar máquina de helado breve. Reservar en congelador.

Hidratación e infusión de perlas de tapioca:

Hidrata las perlas: poner las 40 g de **tapioca** en agua fría 15 min; después cocer a fuego suave según instrucciones del fabricante (suele 10-15 min) hasta que queden translúcidas.



Escurrir y enfriar en agua fría para detener cocción. Licuar 100 g de pepino persa con 20-30 g de jugo de limón extra (ajusta acidez), colar. Mezclar las perlas ya frías con esta infusión de pepino. Colocar en recipiente tapado y refrigerar 24 horas para que las perlas absorban sabor.

Montaje y terminación:

Preparar cama de hielo raspado en cada concha o plato. Abrir cuidadosamente los ostiones y colocarlos sobre el hielo. Colocar sobre cada ostión una quenelle o cucharada pequeña del sorbete de mejillón. Añadir 6 perlas de tapioca infusionada alrededor o sobre el ostión. Terminar con unas gotas de salsa de soya y, si deseas, un leve rallado de piel de limón para brillo.

CHEF: Alfonso Ingles
RESTAURANTE: Sakurahana

PRODUCTOR: Unión de Pescadores Buzos de la Costa Occidental de Baja California
PRODUCTO: Almeja pismo y pepino de mar



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 360 g almeja pismo limpia
- 280 g pepino de mar
- 120 g manzana verde
- 100 g pepino persa
- 30 g jengibre encurtido
- 6 g eneldo fresco
- 240 g aguachile verde
- 40 g limón amarillo
- 8 g flor de cilantro

PREPARACIÓN

Asar el pepino de mar por 20-30 minutos, hasta que tome firmeza y aroma. Enfriar y cortar en láminas delgadas.

Limpiar la almeja pismo y cortar en láminas o cubos según tu intención de textura

Preparar la ensaladilla:

Mezclar la manzana verde, pepino persa, jengibre encurtido y eneldo. Añadir unas gotas de limón amarillo para brillo.

En el plato, colocar una cama de ensaladilla al centro. Montar encima las láminas de pepino de mar y la almeja pismo. Bañar con el aguachile verde y decorar con flor de cilantro.



TIPS
del chef



@mrchimichurri

Almeja pismo

Conerva siempre el "licor" o néctar natural que emana al abrirla; cuélalo y empléalo para hidratar tus ceviches o salsas. Esto potencia el perfil oceánico y brinda el umami auténtico que distingue a una legítima almeja pismo de nuestra región.

CHEF: Juan Aguilar Rodríguez
RESTAURANTE: Juanitos

PRODUCTOR: Mariscos Ortiz
PRODUCTO: Corvina Plateada



TIEMPO



10
PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Para la cocción:

- 1000 g de corvina fresca
- 100 g achiote
- 300 ml jugo de naranja
- 15 g de pimienta gorda
- 3 hojas de laurel
- 100 ml de vinagre blanco
- 30 g de cebolla
- 4 g de orégano

Para la ensalada:

- 500 g de piña miel
- 1 mazo de verdolaga
- 1 pza de chile habanero
- 100 g de mango
- 50 g de cebolla

PREPARACIÓN

Preparación del adobo y marinado:

Moler la pimienta gorda y el orégano en un molcajete para hacer la base de especias. Combinar el achiote, jugo de naranja, vinagre, cebolla y las especias molidas. Cubrir completamente la corvina con el adobo. Dejar reposar en refrigeración por 30 a 60 minutos.

Cocción artesanal:

Suavizar las hojas de plátano pasándolas por el fuego. Colocar el pescado con adobo y 1 hoja de laurel en cada hoja. Sellar cuidadosamente para formar paquetes. Colocar los paquetes en



una charola. Hornear a 180°C durante 20 a 25 minutos, o hasta que el pescado esté tierno. Retirar el pescado, desmenuzarlo con un tenedor y reservar el jugo de cocción.

Ensalada:

Cortar la piña, el mango, el habanero y la cebolla en cubos uniformes. Incorporar la verdolaga al resto de los ingredientes y mezclar bien.

Montaje de la tostada:

Colocar una tostada de maíz azul crujiente como base. Cubrir la tostada con el pescado adobado desmenuzado. Terminar con una porción generosa de la ensalada fresca. Rociar, opcionalmente, con un poco del jugo de cocción reservado.

CHEF: Eduardo Contreras
RESTAURANTE: Jesusa Restaurante

PRODUCTOR: Cultivadores del Pacífico
PRODUCTO: Ostión



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Relleno:

- 240 g ostión
- 180 g huitlacoche
- 40 g cebolla blanca
- 12 g ajo blanco
- 5 g agua de ostión (post blanqueado)
- 10 g aceite vegetal
- 12 discos para dumplings
- Sal

Mermelada:

- 12 g chile ancho
- 8 g chile pasilla
- 80 g piloncillo
- 80 g vinagre de arroz
- 80g agua

PREPARACIÓN

Relleno:

Blanquear el ostión 20-25 segundos para fijar textura. Enfriar en hielo. Cortarlo en cubos de 1 cm.

Guisar el huitlacoche con la cebolla picada fino y el ajo confitado machacado. Apagar el fuego y **desglasar** con el agua del ostión. Agregar el ostión en cubos, mezclar suave y ajustar sal. Enfriar completamente.



Rellenar los dumplings (10-12 g de relleno por pieza), plegar y reservar para freír.

Mermelada:

Limpiar, desvenar y abrir los chiles. Confitar en aceite a 280 °F / 138 °C durante 5 minutos, cuidando que no tomen amargor. Escurrir y reservar.

En olla aparte, hacer **almíbar**: partes iguales de vinagre de arroz + agua + piloncillo. Dejar enfriar a temperatura ambiente.

Licuar los chiles confitados e ir añadiendo el almíbar poco a poco hasta lograr textura de mermelada espesa y brillante.

CHEF: Javier Altamirano Sánchez
RESTAURANTE: Yumano by Maglen

PRODUCTOR: Guadaño sea market
PRODUCTO: Chancharro alacrán



TIEMPO



4
PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Base de la tortilla:

- 320 g masa de maíz nixtamalizada
- 12 g furikake casero de chancharro alacrán
- 4 g sal negra (hecha con piel, aletas y sangre del chancharro alacrán)
- 20 g sangre del chancharro alacrán (para el sello final)

Proteína principal:

- 280 g chancharro alacrán fresco (lomo y panza, fileteados)
- 160 g chancharro alacrán madurado (equilibrio entre textura y aroma)

Frijol negro “puerco” con hígado:

- 200 g frijol negro cocido
- 40 g manteca de cerdo ahumada

- 60 g hígado de chancharro alacrán (guisado previamente)
- 10 g ajo picado

Salsas “del dentro”:

- 160 g tomate heirloom
- 20 g ajo asado
- 40 g “dentro” varios del chancharro alacrán (despojos limpios)
- 12 g colágeno extraído de escamas (para espesar)
- 6 g sal fina
- 4 g salsa soya
- 4 g jengibre rallado

Crocante de córnea y retina:

- 18 g córnea deshidratada (3 días)
- 6 g retina deshidratada (3 días)
- 20 g aceite azafranado (para fritura ligera)



Furikake casero de chancharro alacrán:

- 30 g chancharro alacrán estilo katsuobushi acelerado (1 semana ahumado, luego deshidratado)
- 10 g alga kombu finamente molida
- 6 g wakame
- 2 g ajonjolí tostado
- 1 g azúcar
- 1 g sal fina

Otros aromáticos:

- 15 g hongo shiitake
- 5 g wakame
- 10 g salsa soya
- 6 g jengibre en láminas



PREPARACIÓN

Tortillas:

Sazonar la masa con furikake. Formar tortillas a mano y sellarlas con un toque de sal negra.

Sal negra:

Piel y aletas del chancharro alacrán: ahumarlas 3 días con soja y jengibre, luego deshidratar y triturar para mezclar con sal.

Frijol negro puerco:

Saltear el ajo en manteca de cerdo ahumada. Agregar el hígado guisado y los frijoles. Machacar ligeramente y ajustar sal.

Katsuobushi acelerado:

Cocer panzas y lomo con shiitake, wakame, kombu, soya y jengibre. Ahumar una semana hasta textura katsuobushi. Rallar para furikake.

Salsas “del dentro”:

Licuar tomate heirloom, ajo, los interiores del chancharro alacrán y espesar con colágeno de escamas. Ajustar con soya y jengibre.

Crocante de córnea y retina:

Deshidratar por 3 días, luego freír apenas en aceite azafranado hasta obtener textura vidriada.

Montaje:

Tortilla caliente con frijol puerco, láminas de chancharro alacrán fresco y madurado, cucharada de salsa, lluvia ligera de furikake y el crocante de córnea/retina como corona.



Chancharro alacrán

Para dominar la preparación del *Sebastolobus alascanus*, el secreto profesional es tratar su carne con la misma delicadeza que una cola de langosta.

Debido a su hábitat en aguas gélidas de extrema profundidad, este pez posee una estructura muscular rica en colágeno y aceites naturales que le otorgan una textura excepcionalmente blanca y tersa.

Al cocinarlo, evita las temperaturas agresivas por tiempos prolongados; lo ideal es un sellado rápido a fuego alto por el lado de la piel para lograr una textura crocante, terminando con una cocción suave al vapor.

Esto permite que las láminas de la carne se mantengan unidas y retengan los jugos dulces que lo distinguen, evitando que la proteína se deshidrate y pierda su elegancia característica.

CHEF: Gerardo Antonio

RESTAURANTE: Antonio's Baja Catch 22

PRODUCTOR: Mollusca

PRODUCTO: Ostión japonés



TIEMPO



12
PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

LA SANTA MOLLUSCA

Mezcla michelada:

- Cerveza Tecate
- 473 ml de clamato
- Salsa Maggi
- Salsa de ostión
- Sazonador Total Goya
- Limón con pimienta
- Jugo de 2 limones criollos
- Jugo de 1 limón mexicano
- 1 cucharada de salsa Tabasco
- 1 cucharada de salsa La Guerrerense
- 4 saladitos (ciruelas secas saladas)



Para el montaje:

- Pasta de chamoy
- Chilito en polvo
- Polvo Michelada estilo Baja
- Pepinos cocktail (picados finamente)
- Ostiones frescos



PREPARACIÓN

SANTA MOLLUSCA

Mezclar todos los ingredientes de la michelada en un recipiente y refrigerar. Sacar el ostión de su concha, escurrir y reservar. Mojár el borde de la concha con limón y escarchar con chilito en polvo.

Volver a colocar el ostión en su concha y verter encima la mezcla de michelada. Añadir una gota de chamoy sobre el ostión. Decorar con pepino picado y espolvorear con polvo Michelada Baja.

INGREDIENTES

BRUMA DORADA

Para el ostión:

- Ostiones frescos
- Sal y pimienta
- Harina
- Huevos (para batido)
- Pan rallado tipo Pancko
- Aceite neutro (para freír)

Para la salsa japonesa:

- 5 huevos cocidos (picados finamente)
- 1 cebolla mediana (picada finamente, exprimida enjuagada)
- 3 cucharadas de mayonesa
- Jugo de 1/2 limón + ralladura para decorar
- 3 cucharadas de mirin
- 3 cucharadas de vinagre de arroz
- 1/2 cucharadita de salsa de soya
- Ralladura de limón
- Sal y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

BRUMA DORADA

Sazonar los ostiones con sal y pimienta. Pasarlos por harina, luego por huevo batido y finalmente empanizarlas con panko. Freír en aceite caliente hasta que estén doradas y crujientes. Mezclar los huevos cocidos, la cebolla exprimida y el resto de los ingredientes de la salsa en un tazón. Refrigerar. Servir el ostión caliente con una cucharada de la salsa fría encima.



INGREDIENTES

DULCE BESO DE MAR

Para la salsa:

- 2 ostiones frescos
- 2 ramas de apio
- 1 diente de ajo
- Trozo pequeño de jengibre fresco
- 1/2 cebolla
- 4 granos de pimienta negra
- Jugo de 1 limón criollo
- 1 kiwi fresco
- 200 g de frutos rojos (fresas, frambuesas, etc.)
- 300 ml de agua + hielo
- 300 ml de jugo de arándano y cereza
- 1 cucharadita de azúcar
- Sal al gusto

Para el montaje:

- 1 kiwi (picado finamente)
- Huevas de pescado con wasabi (tobiko wasabi)

PREPARACIÓN

DULCE BESO DE MAR

Licuar todos los ingredientes de la salsa, colar y refrigerar. Colocar el ostión crudo en su concha. Decorar con kiwi picado y huevas wasabi.

CHEF: Diego Vargas
RESTAURANTE: Asoa

PRODUCTOR: Bahía Todos Santos SPR de RL
PRODUCTO: Erizo



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Foam de erizo:

- 120 g gónada de erizo fresco (10 g por pieza ya hidratado en crema; suficiente para un aire intenso)
- 80 g chile morrón rojo
- 6 g ajo blanco
- 30 g cebolla blanca
- 20 g mantequilla
- 180 g crema Lyncott
- Sal fina
- Pimienta blanca

Mini tortitas infladitas:

- 60 g harina integral
- 40 g harina high gluten
- 0.3 g carbón activado
- 55-65 g agua tibia (según absorción)
- Aceite suficiente para freír
- Sal fina

PREPARACIÓN

Foam de erizo:

Tatemar el morrón, retirar piel y venas. Saltear ajo y cebolla en mantequilla. Agregar el morrón y cocer 2-3 minutos. Agregar la crema y dejar **reducir** apenas 10%. Añadir la gónada de erizo y licuar todo muy fino. Colar fino (chino o superbag).



Vaciar al **sifón**, cargar con 2 cargas y dejar reposar 20-30 min a baño maría suave o templado.

Mini tortillas:

Mezclar todos los secos. Agregar agua poco a poco hasta formar masa suave y uniforme. Reposar 1 h 30 min.

Formar mini tortillas de 6-7 cm. Freír primero a 100 °C (hinchado suave) y luego a 180 °C (crocante absoluto). Escurrir bien.

CHEF: Abraham Gutiérrez Rojero
RESTAURANTE: Bocalobina

PRODUCTOR: Cooperativa Punta Abreojos
PRODUCTO: Verdillo



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 120 g verdillo
- 40 ml aceite de oliva
- 70 ml yuzu
- 30 g miso deshidratado
- 30 g ajo macho
- 10 g brote de cilantro



PREPARACIÓN

- Se limpia el pescado.
Se corta en rebanadas delgadas (sashimi).
Se monta en el plato, acomodándolo.
Se agrega un chip de ajo a cada lámina de pescado.
Se le espolvorea un poco de miso deshidratado a cada lámina.
Se decora con brotes de cilantro.
Se baña con yuzu y aceite de oliva.



TIPS
del chef

Verdillo

Para un tiradito ideal, lamina el verdillo de forma transversal siguiendo la fibra del músculo; esto asegura suavidad total. Al ser magro y fino, vierte el aliño justo al servir. Así, el ácido acentúa la frescura sin mermar el brillo o la sedosidad que define a esta especie.



@mrchimichurri



CHEF: Miguel Álvarez

RESTAURANTE: Geisha sushi bar & grill

PRODUCTOR: Rocas de San Martín

PRODUCTO: Centolla



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

Chun-kun

- 240 g carne de centolla limpia
- 4 pzas hoja de harina para rollo primavera
- 60 g col verde picada fina
- 40 g cebolla blanca picada
- 6 g ajo picado
- 6 g jengibre fresco picado
- 30 g apio picado
- 40 g jícama en brunoise
- 50 g hongo shiitake picado
- 30 g pimiento verde en brunoise
- 1 g cinco especias chinas
- 4 g sal fina
- 1 g pimienta negra
- 2 g azúcar
- 10 g fécula de maíz
- 15 ml aceite de soya (para saltear)
- c/s aceite vegetal para freír

Alioli de algas:

- 15 g ajo confitado
- 60 ml aceite del confitado (infusionado con chile puya)
- 1/2 pza chile puya
- 1 pza huevo
- 1 g alga nori tostada pulverizada
- 30 ml aceite de oliva
- 1 g sal

Encurtido de pepino persa:

- 120 g pepino persa en rodajas
- 40 ml vinagre de arroz
- 5 ml aceite de ajonjolí
- 4 g alga wakame hidratada
- 1 g piel de limón amarillo
- 1 g pimienta de pirul
- 1 g sal



PREPARACIÓN

Chun-kun:

Cocer o recalentar suavemente la centolla si es necesario. Separar la carne del caparazón, desmenuzar en trozos medianos y reservar refrigerada.

En un **wok** o sartén amplio, calentar el aceite de soya. Sofreír cebolla, ajo y jengibre por 1 minuto. Agregar col, apio, jícama, pimiento y shiitake. Saltear 3 a 4 minutos. Sazonar con cinco especias, sal, pimienta y azúcar.

Disolver la fécula de maíz en una cucharada de agua fría e incorporarla para espesar ligeramente. Mezclar y retirar del fuego.

Añadir la carne de centolla al sofrito ya frío e integrar suavemente. Colocar una hoja de harina sobre superficie limpia, agregar una porción de relleno y enrollar firmemente. Sellar con un poco de agua o mezcla de fécula de maíz.

Freír en aceite a 170 °C hasta obtener un dorado parejo. Escurrir sobre papel absorbente.

Alioli de algas:

Confitar los ajos en aceite a fuego bajo. Agregar el chile puya para infusionar. Dejar enfriar.

Colocar el huevo y una pizca de sal en la licuadora. **Emulsionar** agregando en hilo el aceite del confitado y el aceite de oliva hasta obtener una textura espesa.

Añadir el nori pulverizado y mezclar para integrar.

Encurtido de pepino armenio:

Desinfectar y cortar el pepino en rodajas delgadas. Mezclar vinagre de arroz, aceite de ajonjolí, wakame, piel de limón y pimienta de pirúl. Ajustar con sal. Agregar el pepino y dejar encurtir mínimo 30 minutos.



Centolla

Para un Chun Kun de cangrejo araña excepcional, el secreto es controlar la humedad del relleno para no perder la textura crujiente de la pasta.

Dado que la carne de este cangrejo es muy delicada, evita sobre cocerla antes de armar el rollo; lo ideal es integrarla en frío con vegetales cortados en juliana fina que aporten estructura.

Añade un toque de jengibre fresco y cebollín para resaltar su dulzor natural sin opacarlo.

Al freír, asegúrate de que el aceite esté a 180°C para lograr un dorado rápido que selle el exterior mientras el interior se calienta apenas lo suficiente para amalgamar los sabores.

Este choque térmico protege la jugosidad de la carne de profundidad, manteniendo el contraste perfecto entre la envoltura crocante y el alma marina y sedosa del cangrejo.



@mrchimichurri

CHEF: Cecilia Ceceña
RESTAURANTE: Bivalva

PRODUCTOR: Bendito Mar
PRODUCTO: Ostión



INGREDIENTES

- 200 g ostiones ahumados
- 100 ml aceite de ostión
- 1 litro crema para batir
- 200 g azúcar morena
- 3 pzas huevo
- 200 g mantequilla
- 200 g queso crema
- 1 pza piel de jurel
- 200 g sal de mar
- 500 g vinagre de vino tinto
- 15 g pimenta gorda
- 250 gr harina de trigo
- 50 g azúcar morena
- 45 g cocoa en polvo
- 500 g ajonjolí negro
- 20 g agar-agar

PREPARACIÓN

Ahumar ostión por 20 min.

A baño maría cocinar azúcar, ostión, sal, mantequilla. En **baño maría invertido** con hielo y sal agregar nuestra mezcla en un bowl y batir. Ya que esté frío agregar poco a poco nuestra crema y batir. Despegar el helado y seguir batiendo.

Para la sal de jurel tenemos que desprender la piel del pescado y extenderla sobre unas rejillas y deshidratar bajo el sol. Cuando nuestra piel este completamente seca, freír a profundidad. Retirar exceso de grasa y mezclar con sal de mar.



Para nuestro caviar falso de mignonette, tomamos 100 ml de nuestra salsa, agregamos agar-agar y llevamos a una mamila de punta fina.

En un litro colocamos aceite y llevamos a congelador hasta que este a 2°C. Agregamos gotas sobre aceite y después las llevamos a un litro con agua fría.

Para el crumble hacemos **masa sablée** e incorporamos ajonjolí tostado y cacao en polvo, lo llevamos a congelar y después lo horneamos a 180°C.

CHEF: David Rocha de la Cruz
RESTAURANTE: Comal

PRODUCTOR: S.C.P.P. Emancipación
PRODUCTO: Caracol de mar



TIEMPO



PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 150 g de caracol en lata de S.C.P.P. Emancipación
- 150 g de masa de maíz criollo de Molino Comal
- 50 ml salsa de cacahuate de Molino Comal
- 10 ml zumo de limón persa
- 10 ml zumo de limón amarillo
- 1 mazo de cilantro
- 5 g sal fina
- 5 g de pimienta polvo
- 5 g de sal maldón

PREPARACIÓN

Formar “**testales**” de 25 gr aproximadamente cada una. Con la ayuda de una prensa de tortillas, aplastar ligeramente para formar los sopes. Una vez formado los sopes, los vamos a cocinar sobre un comal de barro (se puede sustituir con un sartén o plancha).

Mientras se cocinan los sopes, cortamos el pepino en dados pequeños, el cilantro y el caracol. Los mezclamos con el zumo de limones. Rectificamos sazón y los ponemos sobre los sopes.

Terminamos con un poco del tallo de cilantro y la salsa de cacahuate.



TIPS
del chef

Caracol panocha

Si quieres potenciar el caracol, usa su gran capacidad osmótica. En lugar de solo usar cítrico, añade grasas como aceite de oliva de alta gama; esto genera un escudo que resguarda la dulzura del bivalvo ante la acidez, permitiendo que el yodo y el alga perduren más tiempo en boca. Es la técnica maestra para destacar la pureza de este producto abisal.



@mrchimichurri

CHEF: Iker Turcott
RESTAURANTE: La Doble T

PRODUCTOR: Buzos y Pescadores Esteban Cantú
PRODUCTO: Mejillón



TIEMPO



4
PORCIONES



COSTO

INGREDIENTES

- 320 g mejillón fresco y desconchado
- 60 g cebolla morada
- 14 g ajo
- 180 g huitlacoche
- 4 tortillas de maíz azul
- 120 g queso fresco de Ojos Negros
- 140 g tomate heirloom
- 12 g chile serrano
- 20 g cilantro
- 40 g cebolla blanca
- 15 g aceite de oliva
- 50 g azúcar morena
- 12 g mantequilla
- Pimienta blanca al gusto
- Sal al gusto

PREPARACIÓN

Cortar la cebolla morada y el ajo en petit brunoise. Saltearlos con el huitlacoche en aceite de oliva y mantequilla. Agregar los mejillones y dejarlos tomar un dorado ligero.

Calentar las tortillas y gratinar el queso. Colocar el **salteado** de mejillón y huitlacoche sobre el queso y doblar la quesadilla.

Preparar una salsa rápida licuando el tomate heirloom, chile serrano, cilantro, ajo y cebolla blanca; ajustar sal y pimienta. Servir las quesadillas bañadas con un poco de la salsa.



TIPS
del chef

Mejillones

El éxito de un mejillón reside en cuidar su propio jugo o "licor". Al abrirlos, no uses agua en exceso; permite que el vapor de su esencia con vino blanco y chalotas haga el trabajo. Si van fríos, sácalos del calor en cuanto abran y dales hielo; así la carne queda tersa, jugosa y con ese tono naranja intenso que refleja su gran alimentación en las corrientes de plancton locales.



@mrchimichurri

- **Ahumado en frío:** Proceso de exponer un alimento (generalmente pescado o carne) al humo a una temperatura baja (típicamente entre 20°C y 30°C) para impartir sabor, sin cocinarlo.
- **Alga codium:** Alga marina de color verde, con textura carnosa y sabor intenso a marisco o yodo. Se usa fresca, especialmente en ensaladas, arroces o como guarnición.
- **Alga ulva:** Alga marina de color verde brillante, conocida como "lechuga de mar". Tiene un sabor suave y se utiliza en ensaladas, sopas o deshidratada como condimento.
- **Alga wakame:** Alga marina de color verde oscuro, de sabor suave y ligeramente dulce. Es muy popular en la cocina japonesa, especialmente en la sopa de miso y ensaladas.
- **Alginato:** Ingrediente derivado de las algas pardas (generalmente alginato de sodio) que se utiliza en la gastronomía molecular como agente gelificante y para la técnica de esferificación.
- **Almíbar:** Jarabe espeso resultante de cocer azúcar con agua. Se utiliza para endulzar, conservar o bañar postres, frutas y pasteles. Su densidad varía según la concentración de azúcar.
- **Baño de calcio:** Solución de agua con sal de calcio (como cloruro de calcio o lactato de calcio) utilizada en la gastronomía molecular para reaccionar con el alginato y formar esferas (esferificación).
- **Baño maría:** Técnica de cocción indirecta donde un recipiente con el alimento se introduce en otro más grande con agua caliente (sin que hierva a borbotones) para cocinar o mantener la temperatura de forma suave y uniforme.

• **Baño maría invertido:** Técnica para enfriar rápidamente una preparación (como cremas o salsas) introduciendo el recipiente que la contiene en otro más grande con agua fría y hielo.

• **Blanquear:** Técnica de cocción breve de un alimento (generalmente vegetales) en agua hirviendo con sal, seguido de un enfriamiento inmediato en agua con hielo para detener la cocción y fijar el color.

• **Caviar:** Huevas de ciertas especies de pescado (principalmente esturión) procesadas y saladas. También se usa para describir esferificaciones o preparaciones de forma similar a las huevas.

• **c/n:** Cantidad necesaria.

• **Confitar:** Método de cocción muy lenta de un alimento (carne, pescado o fruta) sumergido por completo en grasa (aceite, manteca) o un jarabe azucarado a una temperatura baja (generalmente entre 60°C y 90°C).

• **Crocancia:** Textura crujiente o firme que se logra en un alimento. Puede ser natural o inducida por cocción, fritura o deshidratación.

• **c/s:** Cantidad suficiente.



- **Desglasar:** Acción de añadir un líquido frío (vino, caldo, agua) al fondo de un recipiente de cocción caliente para disolver y desprender los jugos y partículas caramelizadas pegadas, formando la base de una salsa.
- **Emulsionar:** Proceso de mezclar dos líquidos inmiscibles (que no se mezclan, como aceite y agua) hasta obtener una mezcla homogénea y estable (ej. mayonesa, vinagreta).
- **Foam:** Espuma ligera y aireada, generalmente saborizada, creada utilizando un sifón de cocina o una batidora. Se usa para añadir volumen, textura y sabor a un plato.
- **Fumet:** Caldo concentrado, generalmente a base de espinas y cabezas de pescado o caparazones de marisco, cocido a fuego lento con hortalizas, usado como base para salsas y sopas.
- **Furikake:** Condimento seco de la cocina japonesa, espolvoreado sobre el arroz. Suele contener una mezcla de algas secas, semillas de sésamo, pescado deshidratado y copos de katsuobushi.
- **Gochujang:** Pasta de chile fermentada, dulce y picante, esencial en la cocina coreana, hecha a base de gochugaru (polvo de chile), arroz glutinoso, meju (soja fermentada) y sal.
- **Ikejime:** Método de sacrificio de pescado japonés que paraliza la médula espinal inmediatamente después de la captura. Esto preserva la calidad de la carne, sabor y textura.
- **Juliana (corte):** Técnica de corte de hortalizas en tiras finas y alargadas (generalmente de 5 a 6 cm de largo por 2 a 3 mm de grosor).
- **Katsuobushi:** Copos finos de bonito seco, fermentado y ahumado. Se usa como condimento, base de caldos (dashi) o espolvoreado sobre platos japoneses.
- **Makisu:** Esterilla de bambú enrollable utilizada en la cocina japonesa para preparar y enrollar sushi (makizushi) y otros alimentos.
- **Marinar:** Sumergir un alimento (carne, pescado o verdura) en un líquido aromático (con especias, hierbas, ácidos como vino o vinagre, y aceite) por un periodo de tiempo. Esto ablanda, sazona y conserva.
- **Masa sablée:** Tipo de masa quebrada, dulce y arenosa, usada en pastelería para bases de tartas y galletas. Es rica en mantequilla y azúcar, y se "desmorona" fácilmente (sable significa "arena" en francés).
- **Mignonette:** Salsa o condimento clásico que acompaña a las ostras frescas, generalmente a base de vinagre (o vino), chalotas picadas y pimienta negra.



- **Petit brunoise:** Técnica de corte de hortalizas en dados muy pequeños, de aproximadamente 1 a 2 mm por lado. Es una versión más pequeña del corte brunoise.
- **Reducir:** Proceso de cocer un líquido (caldo, salsa, vino) a fuego medio-alto para que el agua se evapore, concentrando el sabor y espesando la textura.
- **Salpicón:** Preparación culinaria de carne, pescado o marisco cocido y cortado en trozos pequeños, mezclado con hortalizas (ej. cebolla, pimiento) y aderezado con vinagreta, aceite, o salsas.
- **Saltear:** Técnica de cocción rápida donde el alimento se cocina en una pequeña cantidad de grasa (aceite o mantequilla) a fuego alto, en una sartén abierta, y se mueve constantemente.
- **Sellar:** Acción de dorar la superficie exterior de una pieza de carne o pescado a fuego muy alto en una sartén con grasa, para crear una costra y retener los jugos internos.
- **Sifón:** Recipiente cilíndrico de acero inoxidable que utiliza cartuchos de óxido nitroso (N₂O) o dióxido de carbono (CO₂) para montar cremas, crear espumas (foams) o carbonatar líquidos.
- **Sorbet:** Postre helado a base de agua, azúcar y zumo o puré de fruta (o vino, licor), que no contiene lácteos ni grasa.
- **Tapioca:** Almidón extraído de la raíz de la yuca (mandioca). Se presenta en forma de perlas o harina y se utiliza como espesante o para hacer postres.

• **Tataki:** Técnica japonesa para preparar pescado o carne. Consiste en sellar o chamarullar brevemente la superficie a fuego muy alto, dejando el interior crudo, para luego cortarlo en rodajas finas.

• **Tatemar:** Término de la cocina mexicana que significa asar o quemar superficialmente hortalizas (como chiles, jitomates) directamente sobre un comal o fuego abierto para intensificar su sabor y ahumar.

• **Testales:** Porciones de masa de maíz, harina o alguna mezcla para tortilla o tamal, que se usan para formar las piezas finales.

• **Wok:** Utensilio de cocina profundo y redondeado, originario de China. Se utiliza para saltear a fuego alto, freír, cocer al vapor y estofar.

• **Yuzu:** Cítrico híbrido de origen asiático, parecido a un limón pequeño o naranja. Su jugo y ralladura son muy aromáticos y se usan para sazonar, en salsas, postres y bebidas.





Gracias

PRODUCTO LEGAL Y
COMERCIO JUSTO

La realización de este recetario y la magia que define a Cocina la Baja no serían posibles sin la suma de voluntades de quienes dan vida a nuestra gastronomía.

Nuestro más profundo agradecimiento comienza en el mar, con los **pescadores y acuacultores** que son los verdaderos guardianes del océano; gracias por su labor incansable y por traer a nuestras manos la frescura que distingue a esta región en el mundo.

Extendemos este reconocimiento a los productores de la tierra, desde los **agricultores** hasta los **vitivinicultores y maestros cerveceros**, cuyo trabajo aporta el equilibrio perfecto a nuestra mesa.

Un agradecimiento especial a los **chefs y cocineros**, quienes con generosidad nos comparten sus secretos y transforman el producto local en arte, y por supuesto, a las instituciones, patrocinadores y al incansable equipo de staff cuya visión y esfuerzo logístico sostienen este sueño compartido.

Finalmente, gracias a las **familias y comensales** por ser el motor de esta industria, y por elegir siempre productos del mar de origen legal, completando así la cadena de valor que alimenta el alma de Baja California.



COLABORADORES



EL SARGAZO





**PRODUCTO LEGAL Y
COMERCIO JUSTO**

Este recetario es un instrumento de fomento al consumo de pescados y mariscos, destinado a promover la riqueza gastronómica de la región y el aprovechamiento sostenible de nuestros recursos.



CENTRO DE GOBIERNO

Carretera Transpeninsular Ensenada-La Paz No. 6500
Ex-Ejido Chapultepec, Ensenada, B.C., C.P.22785
Teléfono: 646 172 30 80 Ext 3317

<https://www.bajacalifornia.gob.mx/sepesca/>

Queda estrictamente prohibida su venta, reproducción no autorizada o uso comercial.