

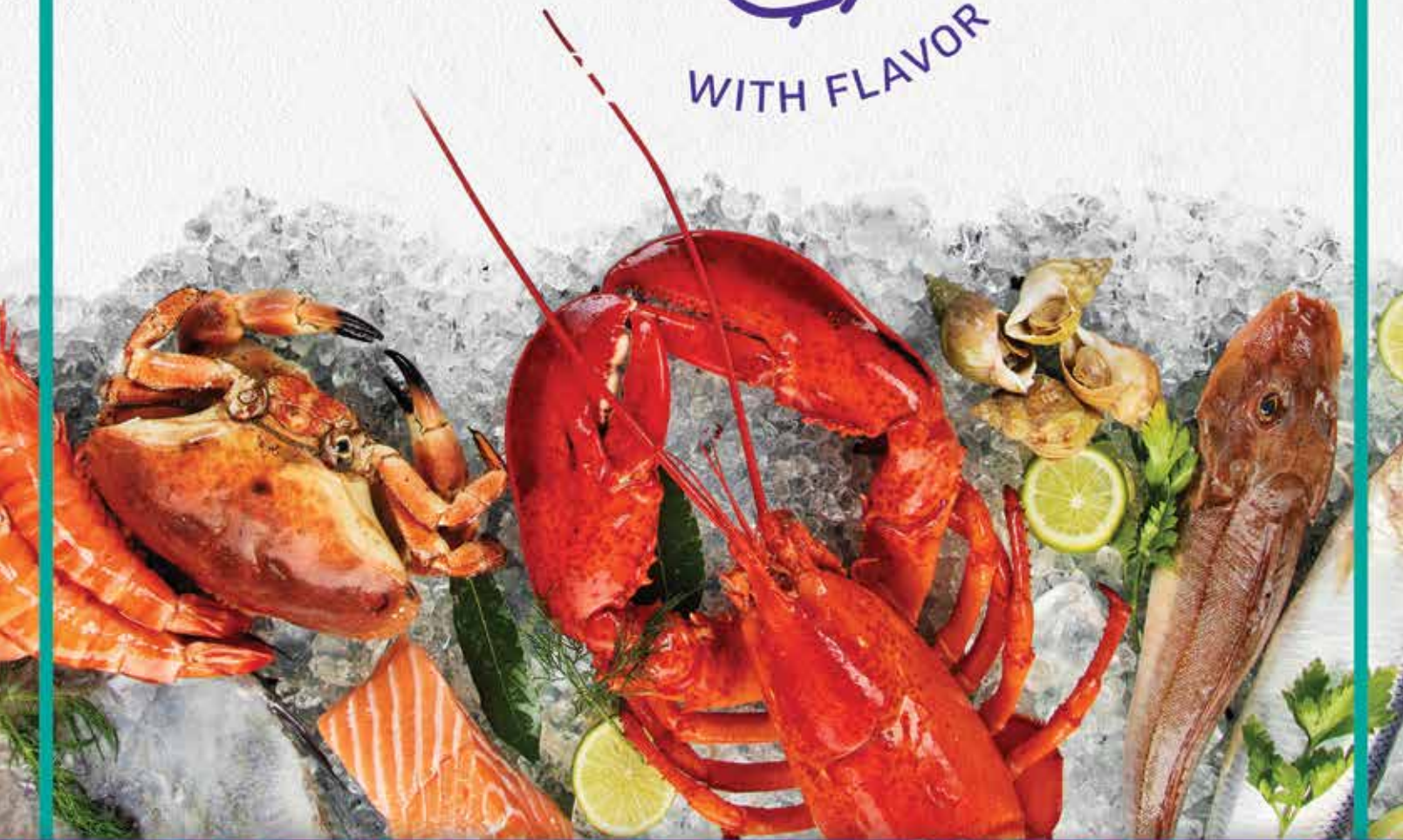
TONY'S
Fresh Market

CUARESMA 2025

Lent



WITH FLAVOR



RECIPE BOOK



WHOLE FRIED TILAPIA

MOJARRA FRITA

Ingredients:

- 6 medium whole mojarra, clean
- 1 tsp salt
- ½ tsp thick ground black pepper
- 2 cups corn oil for frying
- ½ cup mayonnaise
- Corn tortillas
- Lemons

Preparation:

- Wash the mojarra very well and dry with paper towel. Make 2 or 3 cuts on each side down to the bones.
- Sprinkle with salt and black pepper on the inside and outside.
- Heat corn oil over a high heat in a large and thick pan. When the oil is very hot, drop the mojarra. Fry for 3 to 4 minutes. Transfer again to kitchen towels to remove excess oil.
- Serve with mayonnaise, tortillas, lemons and rice.

Ingredientes:

- 6 mojarra medianas, limpias
- 1 cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta negra molida gruesa
- 2 tazas de aceite de maíz para freír
- ½ taza de mayonesa
- Tortillas de maíz
- Limones

Procedimiento:

- Lave muy bien las mojarra y seque con papel absorbente, haga 2 o 3 cortes a cada costado hasta que toque las espinas.
- Espolvoree por dentro y por fuera con sal y pimienta negra.
- Caliente el aceite de maíz a fuego alto en una cacerola grande y gruesa. Cuando el aceite esté muy caliente sumerja las mojarra. Fríalas de 3 a 4 minutos. Pase de nuevo a papel absorbente, para eliminar el exceso de aceite.
- Acompañe con la mayonesa, tortillas, limones y arroz.



Ingredients:

- 2 packages (10 oz) of Cacique® Queso Fresco, crumbled
- 1 dozen corn tortillas
- 1 ½ cup vegetable or canola oil
- Lettuce, shredded

ENCHILADA SAUCE

- 1 small can tomato paste
- 3 – 4 garlic cloves
- ½ medium onion, rough chopped
- ½ tsp Mexican oregano
- 3 Tbsp chili powder
- ½ tsp ground cumin
- ½ tsp salt
- ½ tsp black pepper
- 3 chipotle peppers with 1 Tbsp accompanying adobo sauce

- 1 ½ cups chicken stock

- Salt and pepper to taste

CHIPOTLE CREMA

- 1 cup Cacique® Crema Mexicana
- 1 chipotle chile in adobo sauce, diced
- ¼ tsp salt

Preparation:

- Combine all sauce ingredients in a blender and blend until smooth.
- Pour into a medium saucepan, bring to a boil and allow to simmer for at least 20 minutes.

- Heat oil in a medium skillet until it shimmers. Dip tortillas, one at a time, into the oil to soften and lightly fry, about 45 seconds to a minute. Then dip the softened tortilla into the enchilada sauce and remove to a plate.

- Add crumbled Queso Fresco to the middle of the tortilla. Roll tortilla around the filling to make the enchilada. To serve, top enchiladas with lettuce, queso fresco crumbles, and drizzle with chipotle crema.

- To make chipotle crema: In a bowl, combine the Crema Mexicana, chipotle chile, and salt. With an immersion blender (or regular blender), mix until smooth, approximately 20 seconds. Refrigerate until ready to use and place in a squeeze bottle. Yields: approximately 1 cup

AUTHENTIC QUESO FRESCO ENCHILADAS ENCHILADAS CON QUESO



Ingredientes:

- 2 paquetes (10 oz) de Queso Fresco Cacique® desmenuzado
- 1 docena de tortillas de maíz
- 1 ½ taza de aceite vegetal o de canola
- Lechuga, rallada

SALSA PARA ENCHILADAS

- 1 lata pequeña de pasta de tomate
- 3 – 4 dientes de ajo
- ½ cebolla mediana, picada en trozos grandes
- ½ cucharadita de orégano mexicano
- 3 cucharadas de chile en polvo
- ½ cucharadita de comino molido
- ½ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta negra
- 3 chiles chipotle con 1 cucharada de salsa adobo

- 1 ½ tazas de caldo de pollo

- Sal y pimienta al gusto

CREMA DE CHIPOTLE

- 1 taza de Crema Mexicana Cacique®
- 1 chile chipotle en salsa adobo, cortado en cuadrillos
- ¼ de cucharadita de sal

Procedimiento:

- En una batidora, mezcle todos los ingredientes de la salsa hasta que quede homogéneo.

- Vierta la mezcla en una cacerola mediana, llévela a ebullición y déjela hervir a fuego lento durante al menos 20 minutos.

- En un sartén mediano, caliente el aceite hasta que brille. Sumerja las tortillas, una a la vez, en el aceite para ablandarlas y fríalas ligeramente, de 45 segundos a un minuto. Luego sumerja la tortilla ablandada en la salsa de enchilada y póngala en un plato.

- Ponga el queso fresco desmenuzado en el centro de la tortilla. Enrolle la tortilla alrededor del relleno para hacer la enchilada. Para servir, cubra las enchiladas con lechuga, queso fresco desmenuzado y rocíe con crema de chipotle.

- Para hacer la crema de chipotle: En un tazón, mezcle la Crema Mexicana, el chile chipotle y la sal. Con una batidora de inmersión (o una batidora normal), mezcle hasta que quede suave, aproximadamente 20 segundos. Refrigere hasta que esté listo para usar y coloque en una botella exprimible. Rinde: aproximadamente 1 taza

CHABELA RECIPES CHABELA



¡QUE SIGA LA FIESTA!

Mix in a glass with ice

- 8 oz of camaronazo®
- 4 oz of mineragua®
- 2 oz lime juice
- ½ tsp worcestershire sauce
- ½ tsp soy sauce
- hot sauce to taste
- salt and pepper to taste

En un vaso con hielo, mezclar

- 8 oz de camaronazo®
- 4 oz de mineragua®
- 2 oz de jugo de limón
- ½ cucharadita de salsa inglesa
- ½ cucharadita de salsa soya
- Salsa picante al gusto
- Sal y pimienta al gusto

¡Siempre Fresco, Siempre Auténtico!™



CLAM CHOWDER

SOPA DE ALMEJAS



Ingredients:

- 3 slices of bacon, minced
- 1 ½ onions, finely chopped
- 1 ½ lb potato peeled in squares
- 1 red pepper, minced
- 3 cans of clam
- 2 cups of milk
- ½ cup of bottled clam juice
- 2 cans of creamed corn
- 1 tsp of dried thyme
- Salt
- Pepper

Preparation:

- Sauté the bacon to brown and drain the fat.
- Add the onion and leave for 10 minutes. Add the potatoes and pepper. Sauté for a few minutes and add the clam juice, milk and half cup of bottled juice. Leave uncovered to cook the vegetables until they are soft.
- Add the can of creamed corn and clams and let the soup thicken. Add the thyme and season with salt and pepper.
- Serve with fresh minced thyme.

Ingredientes:

- 3 rebanadas de tocino finamente picado
- 1 ½ cebolla finamente picada
- 1 ½ lb de papa pelada y en cuadritos
- 1 pimiento rojo finamente picado
- 3 latas de almeja
- 2 tazas de leche
- ½ taza de jugo de almeja embotellado
- 2 latas de crema de elote
- 1 cucharadita de tomillo seco
- Sal
- Pimienta

Procedimiento:

- Saltee el tocino hasta que se dore. Escurra la grasa.
- Agregue la cebolla y fría por 10 minutos. Agregue las papas y el pimiento. Saltee unos minutos. Agregue el jugo de almejas, la leche y la media taza de jugo embotellado. Deje cocer destapado hasta que las verduras estén suaves.
- Agregue la lata de elote y las almejas y deje que la sopa espese. Agregue el tomillo y condimente con sal y pimienta.
- Sirva con tomillo fresco picadito.

MEXICAN TUNA WITH VEGETABLES

ATÚN CON VEGETALES



Ingredients:

- Saladitas Gamesa®
- 1 (3.3 oz) canned tuna, drained
- 1 tbsp mayo
- ½ cup carrot finely chopped
- ½ cup peas
- ½ cup corn
- 1 jalapeño, sliced

Preparation:

- Combine the tuna, mayo and all the ingredients in a small bowl. Season with sea salt and black pepper mix until combined.
- Spoon the tuna mix on top of Saladitas Gamesa® and enjoy!

Ingredientes:

- Saladitas Gamesa®
- 1 lata de atún (3.3 oz), escurrido
- 1 cucharada de mayonesa
- ½ taza de zanahoria finamente picada
- ½ taza de chícharos
- ½ taza de maíz
- 1 jalapeño, en rodajas

Procedimiento:

- En un tazón pequeño, mezcle el atún, la mayonesa y todos los ingredientes. Sazone con la mezcla de sal marina y pimienta negra hasta que se combinen.
- Coloque la mezcla de atún sobre el Saladitas Gamesa® y ¡disfrútele!

Ingredients:

- 2 cans of Sardines Pica Pica La Sirena®
- 2 cups of rice Super Lucky Elephant Jasmine®
- 2 onions finely chopped
- 1 Tbsp saffron or bijol
- 1 cup of peas
- 1 chili pepper finely chopped
- 1 carrot finely chopped
- Oil
- 2 hard-boiled eggs to decorate
- ½ cup of parsley to decorate
- Salt and pepper

Preparation:

- Brown the onions and the chili pepper. Add the rice to the preparation and let it cook for a few minutes. Add saffron or Bijol, salt and pepper to taste.
- Add twice as much water as rice and cook for a few minutes over low heat. When most of the water has been reduced, add the peas and carrot. Cook for a few minutes and turn off the heat.
- Add the sliced eggs and the Sardines Pica Pica La Sirena®, also spraying its sauce over the rice. Garnish with cilantro.

Ingredientes:

- 2 latas de Sardina Pica Pica La Sirena®
- 2 tazas de arroz Super Lucky Elephant Jasmine®
- 2 cebollas finamente picadas
- 1 cucharada de azafrán o bijol
- 1 taza de chícharos
- 1 chile pimienta finamente picado
- 1 zanahoria finamente picada
- Aceite
- 2 huevos duros para decorar
- ½ de taza de perejil para decorar
- Sal y pimienta

Procedimiento:

- Dorar las cebollas y el chile pimienta. Agregar el arroz a la preparación y dejar que se cocine por unos minutos. Añadir el azafrán o Bijol, sal y pimienta al gusto.
- Agrega el doble de agua que de arroz y cocinar por unos minutos a fuego lento. Cuando se haya reducido la mayor cantidad de agua, agregar los chícharos y la zanahoria. Cocinar por unos minutos y apagar el fuego.
- Agrega, los huevos en rodajas y la Sardina Pica Pica La Sirena®, rociando de igual manera su salsa sobre el arroz. Decorar con cilantro.

RICE WITH SARDINES

ARROZ CON SARDINAS



¡Siempre Fresco, Siempre Auténtico!™



Make it irresistibly
rich & creamy



Classic Deviled Eggs Recipe

INGREDIENTS

6 hard-cooked eggs,
peeled and halved

1/4 cup Hellmann's® or Best
Foods® Mayonnaise Real Mayo

1 tsp. Maille® Dijon Originale
Traditional Dijon Mustard

1/2 tsp. white vinegar

1/4 tsp. salt

Chef's Tip



TIP: For a different taste, add 1 tablespoon pickle relish or finely chopped sweet pickles; OR 2 tablespoons cooked crumbled bacon; OR 1 tablespoon chopped green onion, 3/4 teaspoon chili powder and hot pepper sauce to taste.

Also terrific with Hellmann's® or Best Foods® Canola Cholesterol Free Mayonnaise.

DIRECTIONS

01 SEPARATE egg yolks from egg whites.

02 MASH egg yolks in small bowl. Stir in remaining ingredients except egg white halves.

03 SPOON or pipe yolk filling into egg whites. Chill, if desired. Garnish, if desired, with parsley and sprinkle with paprika.



MEXICAN-STYLE SPICY SHRIMP AGUACHILES



Ingredients:

- ½ cup lemon juice
- ¼ cup water
- ¼ tsp sea salt
- ⅛ tsp ground black pepper
- 1 lb large shrimps, washed, shelled and deveined
- 2 green chillies
- 1 Tbsp onion, diced
- ⅓ cup cucumber, sliced
- ¼ red onion, thinly sliced

Preparation:

- Mix lemon juice, water, diced onion, sea salt, and black pepper.
- Add the butterflied shrimps.
- Serve in the serving plate, adding the cucumbers and red onion.
- Don't marinate the shrimp for more than 30 minutes.

Ingredientes:

- ½ taza de jugo de limón
- ¼ taza de agua
- ¼ cucharadita de sal marina
- ⅛ cucharadita de pimienta negra molida
- 1 lb de camarones grandes, lavados, pelados y desvenados
- 2 chiles serranos
- 1 cucharada de cebolla en cubos
- ⅓ taza de pepino en rodajas
- ¼ cebolla morada fileteada

Procedimiento:

- Mezcle el jugo de limón, agua, cebolla picada, sal marina y pimienta negra.
- Mezcle y agregue los camarones abiertos en mariposa.
- Sirva en el plato de presentación. Agregue pepinos y cebolla morada.
- No marine los camarones más de 30 minutos.



¡Siempre Fresco, Siempre Auténtico!™

FISH TACOS TACOS DE PESCADO

Ingredients:

- 1 lb of Tilapia fillet
- For the hide onion:**
- ½ Tbsp of oil
- 2 filleted red onions
- 1 bay leaf
- ⅓ cup of apple vinegar
- 3 black peppercorns
- 1 Tbsp of brown sugar
- ½ tsp of salt

For the battered:

- 1 cup of flour
- 1 egg
- 1 cup of beer
- ½ Tbsp of baking powder
- ½ tsp of salt
- ½ tsp of ground black pepper
- 2 tsp of tarragon
- 1 pinch of salt
- 1 pinch of ground black pepper
- 1 cup of canola oil for frying

For serving:

- Cream
- 12 flour tortillas
- 1 cup of mayonnaise
- 2 cups of white cabbage in julienne strips
- 2 lemons in wedges

Preparation:

- Heat up oil and stir fry the red onion until changes its color. Add bay leaf, vinegar, peppers, brown sugar, and salt.
- Cook for 2 minutes over a low heat. Let cool, cover, and put in the fridge. The hide onion will taste better if you prepare it in advance.
- Mix flour, egg, beer, baking powder, salt, black pepper, and tarragon in a bowl.
- Sprinkle salt and black pepper over the tilapia strips. Plunge the strips in the mixture already prepared.
- Fry in very hot oil and pass them to kitchen towels.
- Make the tacos with flour tortillas, mayonnaise, white cabbage, hide red onion and cream, to taste.

Ingredientes:

- 1 lb de Tilapia
- Para la cebolla curtida:**
- ½ cucharada de aceite
- 2 cebollas moradas fileteadas
- 1 hoja de laurel
- ⅓ taza de vinagre de manzana
- 3 granos de pimienta negra entera
- 1 cucharadita de azúcar morena
- ½ cucharadita de sal

Para el capeado:

- 1 taza de harina
- 1 huevo
- 1 taza de cerveza
- ½ cucharada de polvo para hornear
- ½ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta negra molida
- 2 cucharaditas de estragón
- 1 pizca de sal
- 1 pizca de pimienta negra molida
- 1 taza de aceite de canola para freír

Para servir:

- Crema
- 12 tortillas de harina
- 1 taza de mayonesa
- 2 tazas de col blanca en juliana
- 2 limones en mitades

Procedimiento:

- Caliente aceite y saltee la cebolla morada hasta que cambie de color. Añada laurel, vinagre, pimientas, azúcar morena y sal.
- Cocine durante 2 minutos a fuego bajo. Enfríe, cubra y refrigere. La cebolla curtida quedará mejor si la prepara con anticipación.
- En un tazón mezcle la harina, huevo, cerveza, polvo de hornear, sal, pimienta negra y estragón.
- Espolvoree sal y pimienta negra sobre las tiras de tilapia. Sumerja las tiras en la mezcla ya preparada.
- Fría en aceite muy caliente y pase a papel absorbente.
- Haga los tacos con tortillas de harina, mayonesa, col blanca, cebolla morada y crema, al gusto



SHRIMP COCKTAIL

COCTEL DE CAMARÓN



Ingredients:

- 1 lb shrimp, deveined and chopped
- 2 tsp fresh lemon juice
- ¼ cup extra virgin olive oil
- 3 Tbsps chopped fresh cilantro
- ½ cup of ketchup
- 1 tsp hot sauce
- Salt and pepper to taste
- 1 Hass avocado, diced
- ½ mango, diced (optional)
- Cilantro for garnish

Preparation:

- In a bowl, add the lemon juice, olive oil, cilantro, ketchup, hot sauce, salt, and pepper.
- Stir for a few seconds, and set the salsa aside.
- Add in the avocado, mango (if you like mango), and shrimp.
- Put the shrimp in a schooner-type glass, and pour salsa on top.
- Garnish with cilantro and serve.

Ingredientes:

- 1lb de camarones, desvenados y picados
- 2 cucharaditas de jugo de limón fresco
- ¼ taza de aceite de oliva extra virgen
- 3 cucharadas de cilantro fresco picado
- ½ taza de catsup
- 1 cucharadita de salsa picante
- Sal y pimienta al gusto
- 1 aguacate hass, cortado en cubitos
- ½ mango, cortado en cubitos (opcional)
- Cilantro para decorar

Procedimiento:

- En un tazón, agregar el jugo de limón, aceite de oliva, cilantro, catsup, salsa picante, sal y pimienta.
- Mezclar por unos segundos y dejar la salsa a un lado.
- Agregar el aguacate, el mango (si es de tu agrado) y los camarones.
- Ponga los camarones en una copa para coctel y vaciar la salsa encima.
- Decorar con cilantro y servir.



Dolores[®] *tuna* with JICAMA TOSTADAS

INGREDIENTS

- ☐ Ground pepper to taste.
- ☐ Half an avocado, pitted.
- ☐ 1 tsp olive oil.
- ☐ 1 can of **DOLORES**[®] Tuna water or oil.
- ☐ Shredded green cabbage.
- ☐ Salt to taste.
- ☐ 2 tsp of mayonnaise.
- ☐ 1 lemon juiced .
- ☐ ½ bell pepper, diced.
- ☐ Sprig of Cilantro leaves, chopped.
- ☐ 4 slices of peeled jicama.
- ☐ ½ of a chile chipotle in adobo sauce.
- ☐ ½ seeded, chopped tomato.
- ☐ 2 tsp of minced onion.
- ☐ ½ diced cucumber .

PREPARATION

1. In a non-reactive bowl, mix the **DOLORES**[®] Tuna with the lemon juice and leave covered for an hour.
2. Marinate for one hour.
3. Mix the mayonnaise with the chipotle and store covered in refrigerator.
4. Mix **DOLORES**[®] Tuna, tomato, cucumber, bell pepper and cilantro with olive oil and cilantro.
5. Season with salt & pepper.
6. Spread the mayonnaise/chipotle mix on the jicama slices.
7. Spread with **DOLORES**[®] Tuna Mixture.
8. Decorate with avocado and cabbage slaw.



www.dolorestuna.com

SALMON WITH ASPARAGUS

SALMÓN CON ESPÁRRAGOS



Ingredients:

- 1 lb salmon
- Salt
- Pepper
- Olive oil
- 2 garlic cloves, minced
- Fresh parsley
- ½ lb brown rice, cooked
- ¼ lb asparagus, sautéed in butter

Preparation:

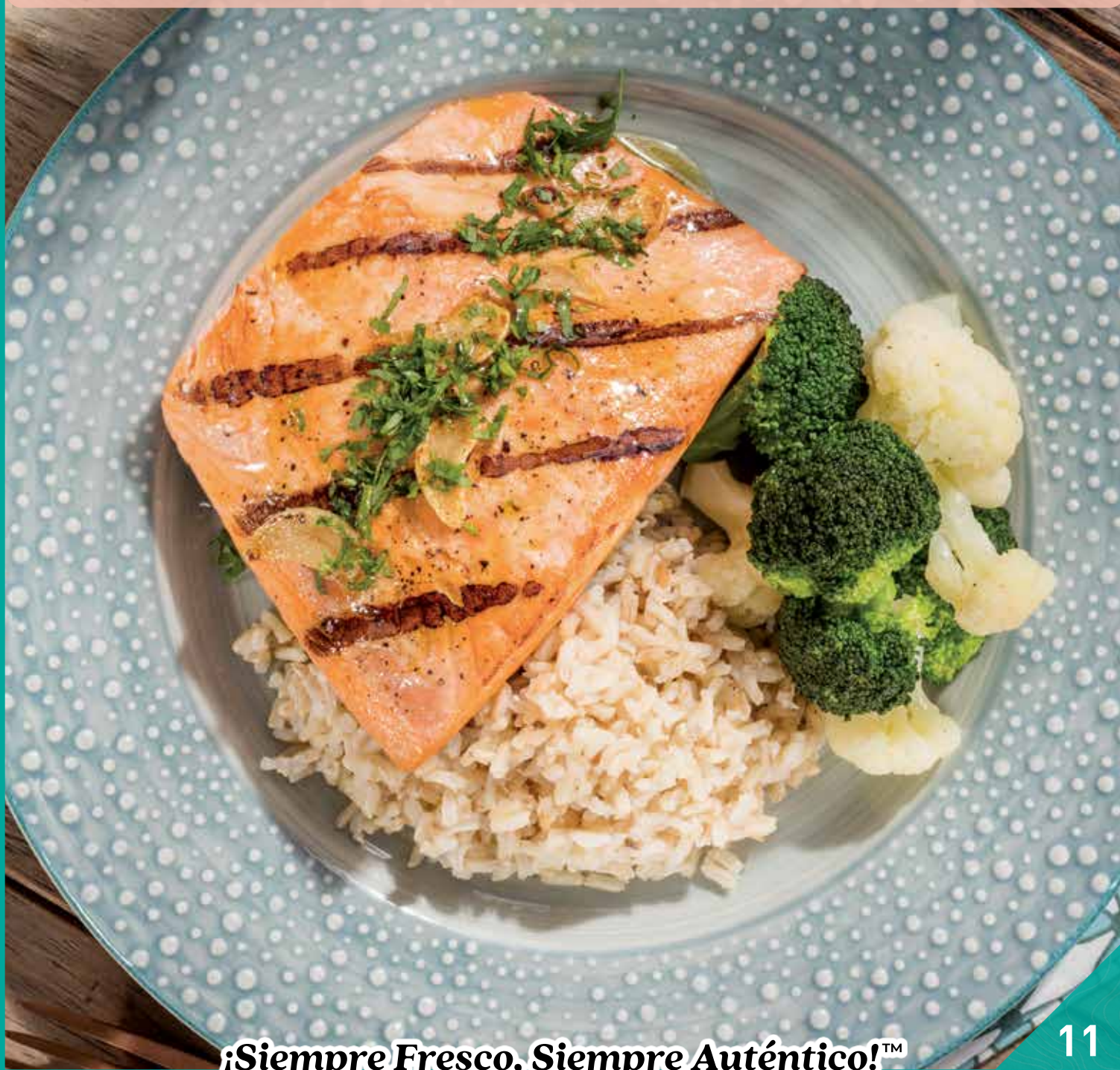
- In a very hot pan pour olive oil and place the salmon already seasoned with salt and pepper with the skin facing down. Seal for 2 minutes. Turn and cook for 2 more minutes. Garnish with sautéed garlic and parsley.
- Serve with brown rice and sautéed asparagus in butter.

Ingredientes:

- 1 lb salmón
- Sal
- Pimienta
- Aceite de oliva
- 2 dientes de ajo picados y salteados en mantequilla
- Perejil fresco
- ½ lb arroz integral cocido
- ¼ lb de espárragos, salteados en mantequilla

Procedimiento:

- En un sartén muy caliente verter aceite de oliva y colocar el salmón ya condimentado con sal y pimienta con la piel hacia abajo. Sellar durante 2 minutos, voltear y cocer durante 2 minutos más. Adornar con los ajos salteados y el perejil.
- Servir acompañado de arroz integral y espárragos salteados en mantequilla.





- 12 large poblano peppers, roasted and peeled
- 4 cups sliced Queso Oaxaca
- 1 cup all-purpose flour
- 2 1/2 teaspoons salt

- 1 teaspoon ground black pepper
- 8 eggs, separated
- 1/4 teaspoon cream of tartar
- 2 cups canola oil for frying

1. After roasting and peeling the peppers, carefully slit the peppers in half and fill each with some cheese.
2. On a plate combine flour, 1/2 teaspoon salt, and 1/2 teaspoon black pepper. Place the filled chiles in the flour and coat all sides well.
3. Using a mixer beat the egg whites and cream of tartar, 2 teaspoons salt, and 1/2 teaspoon pepper on high speed.
4. Add in the egg yolks, and carefully fold the egg yolks into the egg whites.
5. Fill a large saucepan about a third of the way up with canola oil and heat on medium-high heat.
6. Dip one pepper at a time into the egg mixture until well coated. Carefully place the egg-coated pepper in the hot oil. Fry until golden brown, turning once. Drain on paper towel.
7. Arrange the chiles rellenos on a serving platter and serve.

[illegible]

- 12 chiles poblanos grandes, asados y pelados
- 4 tazas de Queso Oaxaca rebanado
- 1 taza de harina
- 2 1/2 cucharaditas de sal

- 1 cucharadita de pimienta
- 8 huevos, separados
- 1/4 cucharadita de cremor tártaro
- 2 tazas de aceite de canola para freír

1. Después de asar y pelar los chiles, corte con cuidado a la mitad de los chiles. Rellena cada chile con un poco de queso y reserva.
2. En un plato combine la harina, 1/2 cucharadita de sal y 1/2 cucharadita de pimienta. Coloque los chiles rellenos en la harina y cubra bien todos los lados.
3. Usando una batidora, bata las claras de huevo y la crema de tártaro, 2 cucharaditas de sal y 1/2 cucharadita de pimienta a alta velocidad.
4. Agregue las yemas de huevo y doble con cuidado las yemas de huevo en las claras de huevo.
5. Llena una cacerola grande con aceite de canola hasta un tercio de su altura y caliéntala a fuego medio-alto.
6. Sumerja un chile a la vez en la mezcla de huevo hasta que esté bien cubierto. Coloque con cuidado el chile en el aceite caliente. Freír hasta que estén doradas, volteando una vez. Escurrir sobre una toalla de papel.
7. Acomode los chiles rellenos en un plato y sirva.

© 2005 The Green Ball Company

- 2 lb shrimp, peeled and deveined, with no heads
- 1 cup lime juice
- 1 lb tomatoes finely chopped
- 1 bunch cilantro finely chopped
- 2 or 3 cucumbers, diced
- 1 large onion finely chopped
- 2 jalapeño chilies, deveined and finely chopped
- Salt and pepper to taste
- Hot sauce (Tapatio, Valentina, Huichol)
- 2 large avocados

- Clean the shrimp and chop in medium pieces.
- Place in bowl, pour the lime juice, and set aside to "cook" during 40 minutes to 1 hour (until they look whitish or reddish).
- Add the onion, tomato, cilantro, cucumber, and jalapeños.

Season with salt and pepper to taste.

- Garnish with the sliced avocado and serve with Casa Cardenas® Tostadas and a hot sauce (Tapatio, Valentina, o Huichol).

- 2 lb de camarón sin cáscara, sin cabeza y desvenado
- 1 taza de jugo de limón
- 1 lb de tomate, picado finamente
- 1 racimo de cilantro, picado finamente
- 2 o 3 pepinos picados en cuadros
- 1 cebolla grande, picada finamente
- 2 chiles jalapeños desvenados, picados finamente
- Sal y pimienta al gusto
- Salsa picante (Tapatio, Valentina, o Huichol)
- 2 aguacates grandes

- Limpie el camarón y píquelo en trozos medianos, vierta el jugo de limón y déjalo reposar de 40 minutos a 1 hora, para que se cuezan (hasta que se tornen blancos o rojizos)
- Una vez cocidos, agregue la cebolla, el tomate, el cilantro, el pepino, y los jalapeños. Sazone con sal y pimienta al gusto.
- Acompañar con Tostadas Casa Cardenas® y salsa picante (Tapatio, Valentina, o Huichol). Sirva con aguacate en trozos.

SHRIMP CEVICHE

CEVICHE DE CAMARÓN



GRILLED PORK CHOP CHULETAS DE CERDO A LA PARRILLA



Illinois Pork Producers.
Generations of Commitment.

Ingredients:

- 2) 1-inch-thick ribeye pork chops
- 2 tsps of seasoning salt, to taste
- 2 tsps of black pepper
- 1 tsp of garlic powder
- $\frac{2}{3}$ cup of honey mustard, your favorite brand
- 2 cups of shaved brussels sprouts
- 2 red onions, quartered with the root kept intact
- 2 red peppers, quartered
- 2 zucchini, thickly sliced
- 2 Tbsps of extra virgin olive oil for veggies

Preparation:

- Season pork chops to taste with seasoning salt, black pepper, and garlic powder.
- Brush a grill marked cast iron pan with vegetable oil. Cook the pork chops on each side for 4-5 minutes until they reach an internal temperature of 145-160 degrees F. Allow a 3-minute rest. Brush the chops with honey mustard on each side before flipping.
- Toss veggies in extra virgin olive oil and season to taste.
- Add veggies to grilled cast iron and cook over medium high heat for 3-4 minutes on each side. Cook until they have a nice char on them. You want them to be tender but with a slight crunch on the exterior.
- Wash and thinly slice brussels sprouts into strips using a large kitchen knife or the slice setting on your food processor.
- Heat extra virgin olive oil in a skillet on medium high heat. Add shaved brussels sprouts, salt, pepper, and garlic powder and stir to coat evenly.
- Cook for 8-10 minutes or until tender and some of the sprouts are slightly charred or darkly caramelized around the edges. Remove from heat, cover, and set aside until you're ready to serve.
- In a serving bowl, top shaved brussels sprouts with grilled veggies and honey mustard pork chops.

Ingredientes:

- 2 chuletas de cerdo de 1 pulgada de grosor
- 2 cucharaditas de sal condimentada, al gusto
- 2 cucharaditas de pimienta negra
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- $\frac{2}{3}$ taza de mostaza con miel, de tu marca favorita
- 2 tazas de coles de bruselas ralladas
- 2 cebollas rojas cortadas en cuartos y con la raíz intacta
- 2 pimientos rojos cortados en cuartos
- 2 calabacines cortados en rodajas gruesas
- 2 cucharadas de aceite de oliva extra virgen para verduras

Procedimiento:

- Sazone las chuletas de cerdo a gusto con sal condimentada, pimienta negra y ajo en polvo.
- Pincele una sartén de hierro fundido con aceite vegetal. Cocine las chuletas de cerdo de cada lado durante 4 a 5 minutos hasta que alcancen una temperatura interna de 145 a 160 grados F. Deje reposar durante 3 minutos. Pincele las chuletas con mostaza y miel de cada lado antes de darles la vuelta.
- Mezcle las verduras con el aceite de oliva extra virgen y condimente al gusto.
- Añade las verduras a la plancha de hierro fundido y cocínalas a fuego medio alto durante 3 o 4 minutos de cada lado. Cocínalas hasta que tengan un bonito tono carbonizado. Deben estar tiernas, pero ligeramente crocantes en el exterior.
- Lave y corte las coles de bruselas en tiras finas usando un cuchillo de cocina grande o la función de corte de su procesador de alimentos.
- Calienta el aceite de oliva extra virgen en una sartén a fuego medio alto. Agrega las coles de bruselas cortadas en láminas, la sal, la pimienta y el ajo en polvo y revuelve para cubrir todo de manera uniforme.
- Cocine durante 8 a 10 minutos o hasta que esté tierno y algunos de los brotes estén ligeramente carbonizados o caramelizados en los bordes. Retire del fuego, cubra y reserve hasta que esté listo para servir.
- En un tazón para servir, cubra las coles de bruselas cortadas en láminas con verduras a la parrilla y chuletas de cerdo con mostaza y miel.

¡Siempre Fresco, Siempre Auténtico!™



STRAWBERRY FRESH WATER AGUA FRESCA DE FRESA

Ingredients:

- 2 qts of milk
- 1 lb of strawberry (washed and without the tail)
- 1 can of evaporated milk
- Sugar and ice to taste

Preparation:

- Chop 4 strawberries and reserve. Blend the rest of the strawberries together with 1 qt of milk, evaporated milk and sugar.
- Pour the mixture into a jar and add the rest of the milk, mix and taste, if necessary add more sugar, add the chopped strawberries and ice to taste.

Ingredientes:

- 2 qts de leche
- 1 lb de fresa (lavadas y sin el rabo)
- 1 lata de leche evaporada
- Azúcar y hielo al gusto

Procedimiento:

- Pique 4 fresas y reserve. Licúe el resto de las fresas junto con un 1 qt de leche, la leche evaporada y el azúcar.
- Vierta la mezcla en una jarra y añada el resto de la leche, mezcle y pruebe de sabor, si es necesario añada más azúcar, añada las fresas picadas y hielo al gusto.



TARTA DE LIMÓN CREMOSA SIN HORNEAR NO BAKE CREAMY LEMON TART



Ingredients:

For the crust:

- 14 graham crackers, crushed
- 5 Tbsps melted butter
- 2 Tbsps sugar
- ¼ tsp salt

For the lemon cream filling:

- 6 oz Nestlé® Carnation® Evaporated Milk
- 1 (14 oz) can Nestlé La Lechera® Sweetened Condensed Milk
- ¼ cup lemon curd
- Zest and juice from 1 large lemon
- Whipped cream, for serving (optional)

Ingredientes:

Para la base:

- 14 galletas Graham, trituradas
- 5 cucharadas de mantequilla derretida
- 2 cucharadas de azúcar
- ¼ de cucharadita de sal

Para el relleno de crema de limón:

- 6 onzas de leche evaporada Nestlé® Carnation®
- 1 lata (14 oz) de leche condensada azucarada Nestlé® La Lechera
- ¼ de taza de cuajada de limón
- Ralladura y jugo de 1 limón grande
- Crema batida, para servir (opcional)

Preparation:

- In a large bowl, stir together crushed graham crackers, melted butter, sugar and salt. Transfer to a round 8 or 9 inch tart pan. Press the mixture into the pan, being sure to bring the mixture up the sides of the pan. Chill in the fridge for at least 2 hours.
- Use a whisk to beat the evaporated milk for 2 minutes, or until it doubles in volume. Add condensed milk and continue beating for about 2 minutes. Add lemon curd and continue to beat for 2 minutes. Add lemon zest and juice of lemon and beat until mixture thickens about 3 minutes. Spread over crust and chill for 3 hours before serving.

Notes on recipe:

If you want to cut the total time down, you can bake the crust instead of chilling it for 2 hours in the fridge. Prepare the crust and bake for 10 minutes at 350 degrees. Cool completely before adding the cream filling.

Procedimiento:

- En un tazón grande, mezcla las galletas Graham trituradas, la mantequilla derretida, el azúcar y la sal. Transfiere la mezcla a un molde para tarta redondo de 8 o 9 pulgadas. Presiona la mezcla en el molde, asegurándote de cubrir los lados del molde. Refrigera por al menos 2 horas.
- Usa un batidor para batir la leche evaporada durante 2 minutos, o hasta que duplique su volumen. Agrega la leche condensada y continúa batiendo por unos 2 minutos. Agrega la cuajada de limón y sigue batiendo por 2 minutos. Añade la ralladura y el jugo de limón y bate hasta que la mezcla espese, aproximadamente 3 minutos. Extiende sobre la base y refrigera por 3 horas antes de servir.

Notes sobre la receta:

Si deseas reducir el tiempo total, puedes hornear la base en lugar de refrigerarla por 2 horas. Prepara la base y hornea por 10 minutos a 350 grados. Deja enfriar completamente antes de agregar el relleno de crema.

MEXICAN BREAD PUDDING

CAPIROTADA

Ingredients:

- 8 bread rolls
- 6 cold tortillas
- 4 jaggery cones
- 1 tomato
- 2 cups of condensed milk
- 1 cup of evaporated milk
- 1 cup of raisins
- 1 cup of grated coconut
- 1 cup of minced walnuts
- 1 cup of peanuts
- 1 lb of diced basket cheese
- ¾ lb of grated Chihuahua cheese
- 6 slices of chopped pineapple in syrup
- 1 cup of diced quince jam or candied bismaga
- ¼ lb of colored sprinkles
- 5 cloves
- A thick cinnamon stick
- A bar of margarine
- Oil for frying

Ingredientes:

- 8 viroles salados (bolillos)
- 6 tortillas frías
- 4 piloncillos
- 1 tomate
- 2 tazas de leche condensada
- 1 taza de leche evaporada
- 1 taza de pasas
- 1 taza de coco rallado
- 1 taza de nueces picadas
- 1 taza de cacahuates
- 1 lb de queso panela en cuadritos
- ¾ lb de queso Chihuahua rallado
- 6 rebanadas de piña en almibar en trocitos
- 1 taza de ate de membrillo o biznaga en cuadritos
- ¼ lb de grageas de colores
- 5 clavos de olor
- Una raja gruesa de canela
- Una barra de margarina
- Aceite para freír

Preparation:

- Put around 1 qt of water with the cinnamon stick and jaggery cones to boil in a medium skillet until it reaches syrup consistency.
- Add the cloves and the red tomato chopped in four parts, and let it boil a little more. Baste a clay pot or an ovenproof dish with half of the margarine and cover the bottom with the tortillas previously browned in oil.
- Heat up with plenty of oil or butter and the remaining half bar of margarine in a skillet, put the bread one by one until the slices turn golden brown of both sides.
- Place all the ingredients in the pot or the ovenproof dish on the 5 tortillas in the following order: a layer of browned bread, a layer of raisins with some of grated coconut, a layer of walnuts, some peanuts, a layer of basket cheese with quince of jam or candied bismaga, and one more of Chihuahua cheese with chopped pineapple.
- Then coat with some of the powdered brown sugar syrup and some of the milks previously mixed. Sprinkle colored sprinkles and repeat the process in the same order: a layer of bread, another one of raisins and so on with other layers of the different ingredients, to finish with one of coconut, raisins, minced walnuts, and peanuts.
- At the end add the remaining syrup and milks. Put the pot in the oven at 356° until it dries and the Mexican bread pudding turns golden brown a little, and cheeses melt.

Procedimiento:

- Ponga a hervir en una olla mediana más o menos 1 qt de agua con la raja de canela y los piloncillos hasta lograr que quede como una miel.
- Agregue los clavos de olor y el tomate rojo cortado en cuatro partes y déjelo hervir un poco más. Engrase una cazuela de barro o refractario con la mitad de la barra de margarina y cubra el fondo con las tortillas previamente doradas en aceite.
- En una sartén caliente con abundante aceite o manteca y la media barra de margarina restante, pase el pan uno a uno hasta que las rebanadas queden doraditas por ambos lados.
- Acomode todos los ingredientes en la cazuela o el refractario sobre las 5 tortillas de la siguiente manera: una capa de pan dorado, una capa de pasas con algo de coco rallado, una capa de nueces, un poco de cacahuates, una capa de queso panela acompañado de ate de membrillo o biznaga, y una más de queso Chihuahua con trocitos de piña.
- Bañe luego con un poco de la miel de piloncillo y un poco de las leches previamente mezcladas. Espolvoree grageas de colores y repita el proceso en el mismo orden: Una capa de pan, otra de pasas y así sucesivamente con otras capas de los distintos ingredientes, para terminar con una de coco, pasas, nuez picada y cacahuates.
- Al final incorpore el resto de la miel y las leches. Meta la cazuela al horno a 356° hasta que se seque y dore un poco la "capirotada", y se gratinen los quesos.

Tony's Seafood is Shrimply Irresistible.



© 2025 Tony's Fresh Market
All Rights Reserved
1200 W Bryn Mawr Ave, Itasca, IL 60143

