

# R RESIDENTE



@alerubio\_b

@betterbalance\_mx

**residente.mx**  
#foodculturemty

**Especial:**

**Better Balance:**  
Para ser la mejor  
versión de tí mismo



Capric

LAS PIZZ



Veget

CAPRICCIOSAS.COM



Capricciosas®

PIZZAS MÁS



Crujientes

Y CRUJIENTES



Capricciosas®



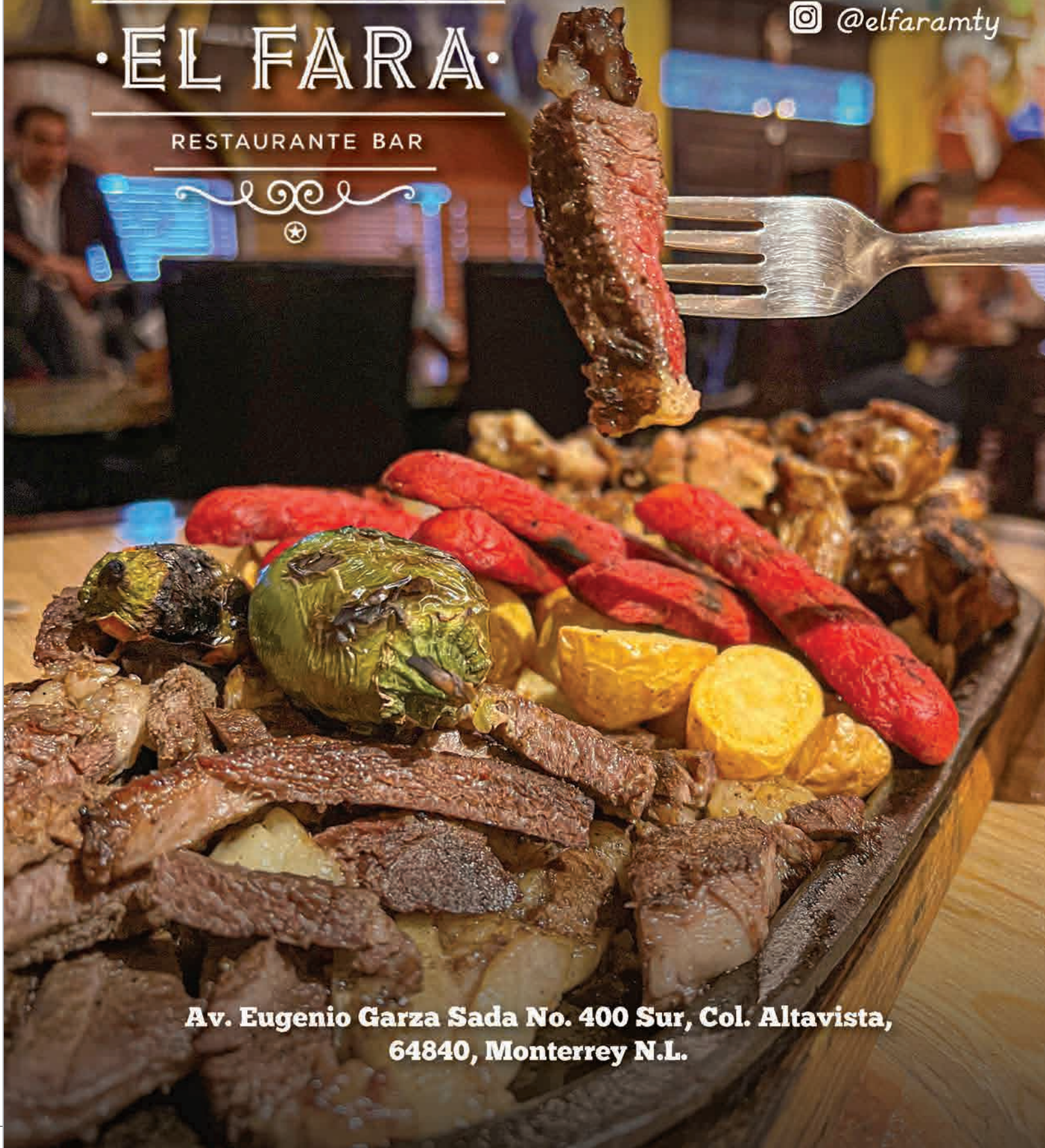
(81) 2721 3051

 /elfarafaramonterrey

 @elfaramty

# EL FARA

RESTAURANTE BAR






**Av. Eugenio Garza Sada No. 400 Sur, Col. Altavista,  
64840, Monterrey N.L.**



BOTANERO  
NL *El Farita* '20

Plaza Sienna, Av. Fundadores No. 955, Valle Oriente,  
Monterrey, N.L, 64750

 (81) 2597 6711  @ElFaritaBotanero  @elfaritabotanero



# 30 Aniversario

**proSazón**  
MR  
CARNES FRÍAS



  Prosazón  prosazon.com

# EL JONUUCO



📍 Mariano Abasolo 102-A col. Centro, Apodaca N.L. CP. 66600

📞 8132608870

📷 @eljonucomx

📘 elljonucomx

🌐 eljonuco.com.mx



## Auténtica cocina regional.

Este restaurante ubicado en el municipio de Apodaca, es un espacio para rescatar las tradiciones gastronómicas de Nuevo León con un menú que recorre el estado con las recetas más selectas elaboradas por el chef Hugo Guajardo, quien se ha dedicado en el último lustro a escudriñar la cocina de nuestro estado el cual resultó en un menú que engloba el verdadero sabor norestense.

Sus platillos recrean esos sabores de rancho, la cocina rústica de pueblo, ésas recetas de antepasados que durante siglos han mantenido ese sazón que hoy en día, el Jonuco lo trae para deleitar a paladares, no solo regios sino de cualquiera que esté en busca de nuevas experiencias culinarias.



# SABOR

al mero estilo

SINALOYA



 (81) 33-93-02-20

 barra22monterrey

 barra22mx



**¡NUEVA SUCURSAL!**

**Tec**

Filósofos #101, Tecnológico,  
64700 Monterrey, N.L.

**Fleteros**

Gral. Pablo Gonzalez Garza 212,  
Col. Chepevera Monterrey, N.L.

**Paseo La Fe**

Miguel Alemán #200, 66470  
San Nicolás de los Garza, N.L.

# Krispy Kreme

DOUGHNUTS



Las promociones aplican todos los martes del mes del año. La Docena Compartida aplica para 6 donas Glaseadas Originales® y 6 Donas de su elección. No aplica con otras promociones ni descuentos. Sujeto a disponibilidad o hasta agotar existencias. La promoción de bebidas preparadas aplica para bebidas de cualquier tamaño. No aplica con otras promociones, descuentos ni en productos embotellados. Hasta agotar existencias. No incluye adicionales, extras ni cambio de leche. Se cobrará la bebida del precio más alto. No aplica en sucursales que no cuenten con menú de bebidas. La imagen del producto puede variar.



TODOS LOS  
**martes**  
Krispy Kreme®

**2X1**

PRECIO  
ESPECIAL

EN BEBIDAS  
PREPARADAS

EN  
DOCENA  
COMPARTIDA

800 008 0088

APROVECHA Y  
PIDE POR WHATSAPP



**1 DE** ★ ★ ★  
**OCTUBRE**

MONTERREY  
**BBQ**  
FEST  
2022

LIVE ★ ★ ★  
GARDENS

INVITADOS

**NACIONALES E INTERNACIONALES**



**103 BBQ - 2M SMOKEHOUSE - A'S BARBECUE - ALL WOOD BBQ  
BLACK RHINO BBQ - BRISKET HOUSE - BRONDY - BROTHERTONS  
COOKSKULLS - CORYS SMOKE BBQ - DAN'S SMOKEHOUSE  
FARIAS BBQ - HICO BBQ - HOGGIES - INTERSTELLAR - JQ'S TEX MEX  
KILLENS BBQ - LA GRANGE - LA LEÑERIA - LA VACA BBQ  
LADYS BBQ - LORO - NOMADA - NORTHEAST BBQ - OLD JIMMYS BBQ  
PANTHER CITY - PODY'S BBQ - RACKS BBQ - RANGERS BBQ  
RIVS SMOKE & GRILL - ROEGELS - ROLLIN SMOKE - ROSSLERS BLUE CORD BBQ  
SMOKEY JOSÉ - THE BARBECUE - VAQUEROS - WABBAS BBQ**

INVITADOS NACIONALES E INTERNACIONALES

MONTERREY, N.L. MÉXICO

**¡LLEGÓ EL MOMENTO!**  
**INSCRIBE ★ ★ ★**  
**A TU EQUIPO**

**Y PUEDES GANAR UN PASE CLASIFICATORIO EN LAS COMPETENCIAS DE**  
**THE AMERICAN ROYAL**  
**WORLD SERIES OF BARBECUE**  
**Y**  
**JACK DANIEL'S**  
**WORLD CHAMPIONSHIP INVITATIONAL BARBECUE**



**RIVS**<sup>MX</sup>  
SMOKE & GRILL



**SIGUENOS PARA MÁS INFORMACIÓN:**  
f **MTY BBQ FEST**    @ **@MTYBBQFEST**

**COMPRA TUS**  
**BOLETOS EN:**

**SUPER**  
**BOLETOS**

# GRILL SELECTION

— GREAT BEEF —



# TOP SIRLOIN GRILL SELECTION

Sabor, suavidad y jugosidad únicos,  
con frescura de origen.



¡Consiente a tus clientes!

**SuKarne**  
Foodservice®

800 364 4444

GRILLSELECTION

WWW.SUKARNE.COM



## Portada

FOTOGRAFÍA Y POSTPRODUCCIÓN

**Bob Zamudio**  
@zamudiophoto

TALENTO EN PORTADA  
**Alejandra Rubio**  
@alerubio\_b  
Better Balance  
@betterbalance\_mx

AGENCIA  
**Peach Agency**  
@peachagency.mx

PLATILLOS  
**Vasto**  
@vastomty

IMPRESIÓN  
**Grafotec**

## Contenido

21

### #foodculturemty

Novedades, De moda, Desayunos, De dieta, Valor por tu dinero  
Pa'l Postre, Snack, Pick Up, Munch, Producto local, Ingredientes

61

### En portada

Especial: Pizzas e Italiano

83

### Bebidas

Café, Cerveza, Vino, Mixología

89

### Perfiles

Músico y Cocinero, Chef, Pitmaster y Fundador  
de MTY BBQ Fest

## Directorio

FUNDADOR

**José Antonio Chaurand**

DIRECTOR DE OPERACIONES

**Juan Carlos López**

GERENTE COMERCIAL

**Eduardo Pinto**

CUENTAS ESPECIALES

**Viridiana González**

VENTAS Y MARKETING

**Abisai López**  
**Alejandro Rangél**  
**Aleyda Balderas**  
**Alicia Nava**  
**Andrés Araiza**  
**César González**  
**Diana Salazar**  
**Jocelyn Huerta**  
**Karina Cavazos**  
**Marcela Hernández**  
**Pablo Lizandro**  
**Gerardo Puentes**

DIRECTORA DE CONTENIDO Y REDACCIÓN

**Alehz Alanís**

FOTOGRAFÍA

**Mikel Rendón**

DISEÑO

**Beatriz E. Soto**

WEB MASTER

**Patricio P. Cantú**

DIRECCIÓN DE ADMINISTRACIÓN

**Dan García**

ADMINISTRACIÓN

**Joana López**

RECURSOS HUMANOS

**Claudia Soto**

DISTRIBUCIÓN

**Carlos Gómez**

**Antonio Rodríguez**

CONTACTO

contacto@residente.mx

+52 (81) 8044 9800

www.residente.mx

facebook | residentemx

instagram | @residentemty

RESIDENTE CULTURA CULINARIA (AÑO 7, No. 84, AGO-SEP 2022)  
ES UNA PUBLICACIÓN DE PLATAFORMA GLOBALMEDIA, S.A. DE  
C.V. EJE EXTERIOR #10, LOCAL 21, VÍA CORDILLERA, RESIDENCIAL  
VALLE PONIENTE, SANTA CATARINA, NUEVO LEÓN, C.P. 66196.  
NO. DE CERTIFICADO DE RESERVA OTORGADO POR EL INSTITUTO  
NACIONAL DEL DERECHO DE AUTOR: 04-2012-052213373400-101.  
NO. DE CERTIFICADO DE LICITUD DE CONTENIDO: 15587. IMPRESO  
Y DISTRIBUIDO POR DOCUMENTA CONSULTORES. LOS TEXTOS  
AQUÍ PUBLICADOS SON EN SU TOTALIDAD RESPONSABILIDAD DE  
SU AUTOR. CIRCULACIÓN AUDITADA POR SEG08 © 2017.

**NO SOMOS  
EXPERTOS EN GOLF  
PERO SÍ EN LA COMIDA  
Y EN LA DIVERSIÓN.**



**TOPGOLF**

MONTERREY



[topgolf.com.mx](http://topgolf.com.mx)

@TopgolfMty    

# Nomenclatura



Increíble



Comfort Food



Monterrey



Escobedo



Novedad



Genuino



Monterrey Poniente



Apodaca



Cool



Favorito Residente



Monterrey Sur



Guadalupe



Innovador



Munchies



San Pedro



Desayunos



Icónico



Lánzate a probar



San Nicolás



Favorito



Vale lo que cuesta



Pa'l postre



Santa Catarina



Tendencia



Ideal en dieta

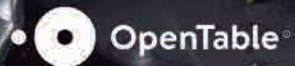


Zona culinaria



# LOS HIDALGOS

PARRILLA MEXICANA



*RIB EYE*

LÁZARO CÁRDENAS 2660, SPGG. [www.los Hidalgos.mx](http://www.los Hidalgos.mx) ☎ 81 2633 8315



**LA CATARINA.**  
RESTAURANTE, ARTE MEXICANO Y TEQUILERÍA



[f/lacatarinamty](#) / [@lacatarinarestante](#) / [Morones Prieto 2525 pte, Col. Loma Larga Mty, N.L.](#)

**RSVP 81 8478 7161 / 81 8345 3340**

# 21

Novedades  
De moda  
Desayunos  
De dieta  
Valor por tu dinero  
Pa'l Postre  
Snack  
Pick Up  
Munch  
Producto local  
Ingredientes

# #foodculturemt



**NEW**

**Novedades**

# Los Habaneros

Alfredo Morell & Chantal Tamez

Los Habaneros ofrecen un concepto novedoso de comer chilaquiles, si tienes mucha hambre y poco tiempo es tu solución perfecta. Con 5 salsas a elegir y más de 5 proteínas para acompañar, las posibilidades para armar tus chilaquiles son infinitas. Visítanos en Santiago, Nuevo León o llévanos a tus eventos y compruébalo tú mismo.

[@loshabanerosmtty](https://www.instagram.com/loshabanerosmtty)

# CHICK & N CHAK



chicknchak.com

## BUFFALO CHICKEN BURGER



Vasconcelos 200 PTE, SPGG  
Martes, Miércoles, Jueves y Domingo 1:00 pm - 10:00 pm  
Viernes - Sabado 1:00 pm - 11:00 pm

f @chicknchak

Pick N Go & Delivery  



De moda

# We Love Burgers

Si vives en Monterrey y quieres vivir una fantasía gastronómica, definitivamente, We Love Burgers es para ti, además de contar con un menú delicioso que incluye: hamburguesas premium, recetas originales, pan hecho en casa, salsas artesanales, papas a la francesa, malteadas, postres espectaculares como sus fried oreos o la dona glaseada con helado, maple y tocino, entre muchas opciones más. Pero eso no es todo, también su ubicación, el interiorismo y la música de sus restaurantes, ofrecen un festín de sensaciones, sin duda será una experiencia que repetirás más de una vez y se volverá tu lugar favorito.

@wlb\_mx

# weloveburgers

Monterrey



It's Burger  
O'Clock

Food Station en Auriga San Pedro - Distrito Armida

IG: @WLB MX

WLB.MX



De moda

# Cantaritos los Regios

¿Fin de semana en carretera? Cantaritos Los Regios, botana, variedad de platillos y drinks, además música en vivo y los partidos de tu equipo favorito.

Ubicados en la Carretera Nacional km 255 entre Las Nubes y el Restaurante El Tino. Abierto de viernes a domingo, reservas al: **8110794299**.

[@cantaritoslosregios](#)



# CANTARITOS LOS REGIOS

Carretera Nacional 760, Valle de Santiago, Santiago, N.L.  
Rsvp 8110794299  
f /Cantaritos Los Regios    @cantaritoslosregios



Desayunos

# Café Jardín

Plato de Frutas  
Sandwich Horneado  
Pan con Crema de Cacahuete  
y Mermelada

Capuccino  
Matcha Latte Caliente  
Latte Helado

@cafejardin.mx

# La Jaibita

RESTAURANTE



Extendemos el agradecimiento a nuestro equipo por su increíble labor.  
(Izquierda a derecha) Reynaldo Valle (Cocina), Jesús Rodríguez (Servicio), Agustina Gómez (Cocina),  
Eloy Vargas (Cocina) y Blanca Coronel (Servicio).

**Una rica tradición...**  
sabores que trascienden de generación en generación.

### Suc. Villagrán

C. Julián Villagrán 321, Del Nte., 64000  
Monterrey.

### Suc. Universidad

Avenida Universidad, Av Casa Bella 1170, 66428  
San Nicolás de los Garza.



LIGHT

De dieta

# Boru

Spice tuna  
Tostada de salmón

Pepino - limon  
Fresa - menta

@boru.mty

BORU

# PARRILLA URBANA

BEBER · ASAR · ROSTIZAR

¿QUÉ  
SE TE  
ANTOJA  
HOY?

PHILLY  
STEAK



CDMX • MTY • METEPEC • SANTA FE

PARRILLAURBANA.COM.MX

f @PARRILLAURBANAMX

Uber Eats PICK'N GO



Valor por tu dinero

# Parrilla 111

Coliflor Frita \$149  
Tablitas de filete \$649  
Flan con nuez \$95

@parrilla111



# PARRILLA 111

COCINA REGIONAL MONTAÑA

AVE. GONZALITOS # 111, COL. LEONES, RESERVACIONES: 811 652 5376

HORARIOS: LUN A DOM 8:00PM A 11:00PM

  PARRILLA111



Valor por tu dinero

# Sushi House Vasconcelos

Kyoto Roll \$221  
Yakimeshi roll \$170  
Yakimeshi Aloha

Agua de jamaica con frutos rojos \$49  
Agua de hierbabuena con limón \$49

@sushihousevasconcelos





*¡La Tradición de Comer como en Casa!*

• SUCURSALES •

- Valle
- Cumbres
- Micropolis
- Chipinque
- Plaza Tanarah
- Centro
- Carretera Nacional
- Linda Vista
- San Nicolás
- Constitución
- El Borrego (Campus Tec)

*¡Si Señor!*

[www.senorlatino.com](http://www.senorlatino.com)

 SeñorLatino  
 SeñorLatino



**YUM**

Pa postre

# KKO Panadería Artesanal

Croissants:  
Rol de canela con queso mascarpone  
Moras con queso ricotta  
Limón con merengue flameado  
Lotus specolous biscoff

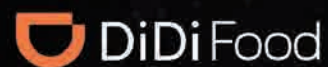
[@kko\\_panaderiaartesanal](https://www.instagram.com/kko_panaderiaartesanal)

## Reservaciones

☎ 81 2743 9713  
81 2743 9617

☎ 81 1531 3862

Encuétranos en



# BOTANERO LIMÓN

PARRILLADA  REGIONAL

Síguenos en

  @botanerolimón

Plaza Las Villas, 2º piso,  
Av. Eugenio Garza Sada # 6115,  
Col. Villas Las Fuentes Mty.



Pick up/Para llevar

# Parola

Tagliatelle rosse all'Uovo  
Trofie  
Ravioli all'Uovo  
Mammarosa  
Brown butter, salvia fresca

@parolapasta



Snack

# Paletas More México

Pepino  
Mango  
Yogurt con berries  
Vainilla  
Cheesecake de fresa  
Pistache siciliano

[@paletasmoreliamx](https://www.instagram.com/paletasmoreliamx)



**MUNCH**

Munch

# Mulligan's

Mulligan's burger  
Mulligan's fries  
Churro balls  
Carajillo  
Serena drink

@mulligansmx

# NORESTE GRILL

Carnes & Salsas

¡Así se recibe  
a un mexicano!





Producto local

# Extra Virgen

Esta marca nació hace 9 años con la ilusión de llevar a las familias mexicanas productos de alta calidad para toda la familia, productos hechos a mano con amor de la manera más artesanal. EXTRAVIRGEN nombre que surge por el concepto de que todos sus productos son 100% naturales, no utilizan conservadores, químicos ni colorantes, toda la línea es vegana y compatible con estilo de alimentación Paleo (no lácteos, ni gluten).

Actualmente pueden encontrar nuestros productos en HEB, Súper Mode, tiendas pequeñas orgánicas y naturistas como Vegetarian y en nuestra tienda en línea que es a domicilio.

@extra.virgen

Al olfato sentirás maderas de encino en un ahumado ligero, notas cítricas y frutales que lo diferencian, sin perder el aroma herbal que nace del Agave.

Descubre  
**ETERNA  
LIBERTAD**

  @mezcaleternalibertad



Encuétranos en tu  
restaurante favorito y

 VINOTECA®





**Producto local**

# EATERZ

EATERZ es una marca mexicana dedicada a la producción y venta de bites de chocolate congelado sin azúcar y sin gluten en dos presentaciones: Fresas cubiertas de chocolate con leche sin azúcar y moras azules cubiertas de chocolate oscuro combinado con chocolate con leche sin azúcar. ¡Disfruta! Satisfacción sin culpa en un bote.

@eaterz.mx

*Captain Fried Chicken*

**YES! DESDE \$119**

**BEBIDA INCLUIDA (SIN ALCOHOL)**



\*Aplican restricciones.  
\*Valido en comedor de lunes a jueves de 12pm a 5pm.

**MENÚ COMPLETO**



**VIA PUERTA DE HIERRO AIRLINES**  
AVE. PASEO DE LEONES, PUERTA DE HIERRO 9002 (3ER PISO). MONTERREY, NL.



**81 1097 2936**  
**81 1097 2944**

*Follow us*  
*@captainwings.mx*



**YUM**

Ingredientes

# Tamal de cerdo en hoja de plátano

Tamalteca

Maíz  
Pierna de cerdo  
Chile ancho  
Manteca de cerdo

Caldo de cerdo  
Sal  
Ajo  
Hoja de plátano

@tamalteca

LO MEJOR DE LA PARRILLA A LA MESA

# Grill Team

FOODS

Av. Calzada Unión 1301, San Nicolás 66496  
Mar. a Dom. | 12 pm a 11 pm

☎ 8131837271    📞 8124266007

📱 @GRILLTEAMFOODS

Galerie Des  
*Sens*  
CUISINE D'ART

# REDES- CUBRE EL ARTE DE LA COCINA

Disfruta de una de las mejores cocinas en Riviera Maya donde, nuestro Chef John Bertrand estimulará todos tus sentidos, brindándote una experiencia sensorial gastronómica.

Un espacio íntimo y relajado, inspirado en el Museo Louvre (Francia) donde la creatividad y la inspiración cobran vida en las manos de nuestro conocido Chef, los comensales experimentarán técnicas vanguardistas y ancestrales, así como una mezcla de ingredientes y texturas, dando como resultado una cocina muy personal y dedidamente contemporánea, creando un menú de degustación con un selecto y exquisito maridaje para cada pieza a degustar.



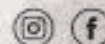
By Chef:  
John Bertrand



**SENSIRA**  
RESORT & SPA, RIVIERA MAYA

Sensitive Experience Resorts

RESERVACIONES E INFORMES:  
52 (998) 868 5460 Ext. 3408 (Concierge)  
[sensiraresorts.com](http://sensiraresorts.com)



GalerieDesSens

OPERES BY:  
*Arriva*  
Hospitality Group

A MEMBER OF  
  
THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD

# 49

Selección de  
platos en  
cuatro tiempos,  
los cuales al  
unirlos forman la  
comida soñada.

## The Dream Meal





# Guacamole casagrande

## Casagrande

En este mes de Septiembre queremos rendirle honor a nuestras tradiciones mexicanas, de las cuales nos sentimos muy orgullosos; es por eso que para iniciar este festín elegimos un delicioso molcajete acompañado de chapulines, granada, chicharrones de cerdo para dipear y salsas porque el picante es un clásico mexicano.





# Pozole rojo con pechuga de pollo

## Pozole Doña Luisa

De segundo plato, un tradicional pozole rojo con sus respectivos rábanos, cebolla picada, orégano, chilito serrano, jalapeño y seco. Acompañarlo de crujientes tostadas al comal con ajonjolí y el sabor de la salsa artesanal de la casa.



# Tlayuda especial

Tsujmi Oaxaca

De plato fuerte, ¡Nada mejor que una tradicional tlayuda! Elaborada con tortilla grande tostada, cubierta de asiento, frijoles negros, queso, repollo y una mezcla especial de carnes: cesina, tasajo, chorizo y carne enchilada. Un platillo digno de probar en estas fechas.



# Palanqueta mexicana

## La Dulce Libélula

Para concretar, esta deliciosa propuesta mexicana, palanqueta de nuez, con caramelo y una hermosa decoración de la tradicional talavera, elaborada con delicioso chocolate. ¡Arte comestible!



**bb** better  
balance

En  
**balance**  
con un nuevo

*estilo*  
de vida

**Entra a lo BETTER**

Prepara tus recetas de siempre, **pero Better**

Hamburguesa Vegana



Deshebrada Vegana



Molida Vegana



Salchicha Vegana



Además, prueba el **NUEVO**  
**VEGGIE BITE**

en tiendas participantes.  
Consúltalas en nuestras redes sociales.



Visita nuestra página <https://clientes.sigmafoodservice.com/sigma/es/>  
donde puedes comprar nuestros productos.

ÚNETE A NUESTRA COMUNIDAD  
[betterbalancefoods.mx](https://www.betterbalancefoods.mx)

SÍGUENOS  
[@betterbalance\\_mx](https://www.instagram.com/betterbalance_mx)



Encuétranos en **Sigma**  
foodservice

[sigmafoodservice.com](https://www.sigmafoodservice.com) ☎ 55 5650 6909

@betterbalance\_mx

@alerubio\_b



## Reportaje

# Better Balance, Para ser la mejor versión de tí mismo

### Sabor y equilibrio

Better Balance es una marca que se preocupa por tu bienestar y por ofrecerte opciones para comer balanceado sin sacrificar el sabor delicioso de tus comidas, con ingredientes saludables dirigidos a todos los integrantes de tu familia.

Sus productos son una alternativa a base de vegetales que además de cuidar tu salud, cuidan el medio ambiente, equilibran el consumo de productos de origen animal y algunos de sus beneficios nutricionales son:

- Alto contenido en proteína.
- Sin colesterol.
- Bajos en contenido de grasas saturadas.
- Sin conservadores ni colorantes artificiales.
- Fuente de fibra.

Además podrás elaborar un sinfín de platillos, pues estos productos se cocinan como lo harías habitualmente con la carne y puedes añadirlos en tus recetas como sustituto, son una opción saludable pero con todo el sabor. Pueden consumirlos todos: veganos, flexitarianos, omnívoros, carnívoros, etc; son muy versátiles para tu cocina y podrás preparar cualquier receta.

### 100% Sabor 100% Vegetal

Better Balance ofrece sus proteínas plant-based de máxima calidad, ricos en nutrientes y saludables, entre los cuales encontrarás: Deshebrada a base de soya, Molida y Hamburguesa de origen vegetal con el valor nutricional para una dieta sana y Salchichas Veganas elaboradas de proteína de chícharo, con el sabor de una salchicha tradicional. Prepara los platillos que te imagines, deliciosos y con balance. ¡Más natural Imposible!

### Foodservice + Better Balance

Better Balance en alianza con Sigma Foodservice, cuenta con gran cobertura en las principales ciudades del país y te asesora para introducir proteína vegetal en tu menú.

Actualmente están presentes en varios restaurantes, en los cuales se cocinan deliciosos platillos elaborados con esta marca: Grupo Pangea, Mar del Zur, Foodbox, La Catarina, Sibau, Taller Vegánico, On Bun y más.

Consulta a detalle sobre esta línea y sus productos en  
[www.betterbancefoods.mx](http://www.betterbancefoods.mx)



@alerubio\_b

## Entrevista

# Ale Rubio una todóloga en balance

Hoy en día la mujer ha decidido que es tiempo de utilizar todas sus fortalezas y mostrarlas al mundo, Ale Rubio es un ejemplo de esto al ser atleta, trainer, emprendedora, madre y esposa. Una mujer que destaca por hacer ver que todo es posible.

Redacción: Alehksz Alanís

Fotografía: Bob Zamudio

### ¿Quién es Ale Rubio?

Soy atleta, trainer, mamá, esposa, emprendedora, todóloga multitasker. Tengo 29 años, 8 años casada, 3 hermosas hijas y mucha energía.

### ¿A qué te dedicas en este momento?

Tengo una plataforma/app que se llama FIT by Ale en donde nos enfocamos en el bienestar integral de las alumnas. Imparto clases de HIT y funcional, también hago contenido en redes sociales. Todo esto, aparte de mi trabajo más demandante y gratificante que es ser mamá.

### ¿Cuáles son tus próximos proyectos?

Próximamente retomaré mis masterclasses por todo México y América Latina (las pause por mi embarazo). Son clases/eventos donde tengo la oportunidad de conocer a mis alumnas en persona. Seguir haciendo bootcamps (fin de semana intensivo de bienestar en una locación como playa).

### ¿Qué es lo que más disfrutas de ser fitness trainer?

Siempre he sido una persona super activa, entonces me encanta transmitirles a mis alumnas esas ganas de hacer algo por su salud y activarse mientras la pasan cool. El que hagan ejercicio por salud y no por tener cierto cuerpo y que a la vez, disfruten el proceso. Ver como van cambiando esa mentalidad me motiva a seguir haciendo esto.

### ¿Cuál es tu comida favorita y que la hace especial para ti?

¡Amo los poke bowls! se me hacen super frescos y variados, jamás te aburres y es una explosión de sabores dentro de un bowl.

### ¿Cuál es tu secreto para mantenerte en forma y comer todo lo que te gusta?

BALANCE — no me prohíbo nada, no hay "cheat days" o "me oído entre semana y me dejo caer el fin o de vacaciones". Es siempre comer lo más nutritivo que puedas, mantenerte activa constantemente pero sin esa mentalidad estricta de todo o nada.

No pasa nada si el martes te comes una pizza o pastel o no pudiste hacer ejercicio, saber que al día siguiente sigues con tus hábitos y listo. Aprendí que es parte de la vida, que siempre va a haber algo y que hay que disfrutar el proceso.

También que no siempre va a haber motivación, por eso hay que crear disciplina poco a poco, haciendo algo que te guste para que puedas ser constante.

### ¿Cuál es tu motivación como influencer y como es el impacto que tienes con tus seguidores?

Justo eso, influenciar para bien a mis alumnas. Contarles mi historia, tanto del pasado como del presente, mostrarles la vida tal cual, tanto de mamá como de emprendedora y de vida saludable. Ser transparente y honesta para que se sientan acompañadas y sepan que a todas nos pasa, que no están solas y darles los tips que me han funcionado a mí para mejorar en cada aspecto. También me encanta usar mi plataforma para darle espacio a expertas en diferentes temas para que su mensaje pueda llegar más lejos y juntas podamos ayudar a más personas.

@alerubio\_b



# Mia Italia

Portobello di Gamberi  
Funghi Misti  
Filetto di Pesce e Gamberi  
Sangria Mia Italia

@mia.italia

**f** @MIAITALIAMX  
**@** @MIA.ITALIA  
**☎** 8124034323



**MIA ITALIA**  
*Cucina all Forno di Legna*



**GARZA SADA**  
GARZA SADA 2850-S, ALTA VISTA  
T. 81 2710 7214

**SANTIAGO**  
MORELOS 104, SANTIAGO N.L.  
T. 81 2451 4519

MTY ICON 4REAL



# Pizza Studio

Pizza "pizza studio"  
Carpaccio de salmón  
Cuatro quesos con trufa

@pizzastudio.mx



# BUTCHER'S

Steak Joint

Reservaciones

☎ 8182809102

Carretera Nacional km 249,  
Santa Rosalía Boca Palma, Santiago



## LAS COSAS BIEN HECHAS

### HORARIOS

**Martes - viernes** 6:00 pm a 12:00 am

**Sábado** 2:00 pm a 12:00 am **Domingo** 2:00 pm a 8:00 pm

📷 @butcherssteakjoint    📱 Butcher's Steak Joint



# Arlecchino

Pizza Arlecchino  
Taglierini alla ruota  
Gamberi impanati

@arlecchino.mx

# ARLECCHINO

CUCINA SPETTACOLARE

ITALIAN SAMPLER

MUESTRA MEDITERRÁNEA  
SEP - OCT ☎ 81 1474-2159

## FUNDIDORA

Adolfo Prieto #2108, Obrera, Mty.  
☎ 81 8343-4034  
www.ristorantearlecchino.com

## LAS AMÉRICAS

Juan Carlos Onetti #101-L7  
Rincón del Contry, Gpe. N.L.  
81 1934-8024 y 22  
WWW f @ arlecchino.mx

MTY  
PTE



4REAL

# Il Cielo Italia

Pizza margherita  
Linguine mediterráneo  
extra camarón  
Bruschetta di salmone

@ilcieloitalia



Llamanos y haz tu  
reservacion 81 3281 8825

José María Morelos 1023, Barrio Antiguo,  
Monterrey, N.L.

  @ilcieloitalia

*Linguine Mediterraneo  
con Camarón.*  
Tomate, espinaca, albahca,  
alcaparras, piñones, ajo y  
vino blanco

SPG

4REAL



# Vasto

Lasaña Vasto  
Pizza Endiablada  
Bucatini con camarones y  
espárragos

@vastomty



Del **Cultivo**  
a tu **cocina**

  [verselmx](#)

COME SANAMENTE

SPG

MTY  
PTE

MTY  
SUR

4REAL



# Josephino's Pizza

Pizza "Viejo Umberto's"  
Ensalada Verde  
Papas Empanizadas

@josephinospizza

# KOD

rustic deli



## UN SEPTIEMBRE MUY VIKINGO

### REDES SOCIALES

  @kodmx

### DIRECCIÓN

Matehuala 108, entre  
Tulancingo y Simón Bolívar,  
Mitrás Centro.

### TELÉFONO

81 2556 6094



# The Oven Pizzatto

Gennaro  
Stromboli de nutella  
Ensalada de la casa

@theovenpizzatto



# LOS LEGENDARIOS<sup>®</sup>

## CARNES AL CARBÓN

Ordena desde



# LOCACIONES

¡Síguenos en nuestras redes!

[@los\\_legendariosrestauran](#)  
[@los\\_legendariosmty](#)  
[loslegendarios.mx](#)

### Rangel Frías

Av. Raúl Rangel Frías #470,  
Burócratas del Estado,  
Monterrey  
81 8373.2232 / 81 8373.1363  
81 8371.4590 / 8129.4482  
81 3085.9636  
[@LosLegendariosmty](#)

### Rómulo Garza

Av. Rómulo Garza #1116, Hacienda  
Los Morales 3er Sector, San Nicolás  
81 2528.9828 / 81 2233.3371  
81 2528.6622  
81 2211.7404  
[@LosLegendariosRomuloGarza](#)

### Universidad

Av. Universidad #1009-A,  
Centro de San Nicolás  
81 2473.6735 / 81 2182.1207  
81 2230.7996 / 81 2261.8241  
81 1695.8554  
[@LosLegendariosUniversidad](#)

### Paseo de los Leones

Av. Paseo de los Leones  
#1900, Cumbres Madeira  
2o. sector, Monterrey  
81 838.13775 / 81 2955.8440  
81 3574.7482  
[@LosLegendariosPaseo  
deLosLeones](#)



# Andolini

Ravioles de espinaca con ricota  
Coulant de chocolate  
Pizza bellissima

@andolini\_rest




nuevefuegos

Fetuccini Parisienne

**Nueve Fuegos**

Trébol Park  
Lázaro Cárdenas 2424 L19  
San Pedro Garza García  
Tel. (81) 2317 4050 y 51

[www.9fuegos.com](http://www.9fuegos.com)

/9fuegos

©8123509131

SPG

MTY  
PTE

MTY  
SUR

4REAL



# Capricciosas

Camila  
Pasta Milán  
Ensalada campera

@capricciosaspizza

# Burritos Tijuana



# LOS BURRITOS QUE LE HAN DADO LA VUELTA AL MUNDO!

SERVICIO A DOMICILIO

☎ 81 83 35 75 20 Y 81 83 35 75 30

DIRECCIÓN: RÍO ORINOCO 112 A  
CENTRITO VALLE, SAN PEDRO GARZA G.

ENCUÉTRANOS EN



## CASA GOYRI | HOTEL

*Experiencias Inolvidables*

### ÚBICADO EN:

Somos un hotel en una de las mejores zonas de San Miguel de Allende.

Contamos con 14 habitaciones que se encuentra entre 10 y 15 minutos caminando al centro, nuestro hotel se caracteriza por su estilo minimalista, a 1,100 metros de la parroquia, con hermosas vistas de la ciudad.

Somos un hotel Pet friendly, que nos encanta convivir con los animales y la naturaleza.



El hotel cuenta con estacionamiento PROPIO.



[www.casagoyri.com](http://www.casagoyri.com)

 Prolongación Aldama 91 37700  
San Miguel de Allende, México

**HOTEL**



CASA GOYRI  
CASA GOYRI  
CASA GOYRI

83

Café  
Cerveza  
Vino  
Mixología

**Bebidas**

Café

# Para un buen pan un buen café

Por: Adorado Café

En Adorado Café tenemos la firme convicción que el mundo del café es para todas y todos, y con eso como meta, la hospitalidad y la formación profesional de los baristas son clave para animar a nuestros adorados clientes a probar el café en formas diferentes.

@adoradocafemx

**Naranja Dinámica:** Para este verano agregamos a nuestro menú esta bebida refrescante con sabor intenso a café y la acompaña una soda italiana de naranja. La base es un espresso doble de nuestro blend de dos granos: Bourbon y Garnica de origen Veracruzano. Los ingredientes de la Naranja Dinámica, la hacen una bebida vigorosa.

**Limonada Rosita:** Esta bebida nace de la nostalgia, acumulamos recuerdos vividos en parques de diversiones, luego le agregamos nuestra limonada, puré de fresas y hielo. Así nació la Frozen Limonada Rosita, ideal para bajarte el calorón canicular de Monterrey.

**Luigi Frío:** Es la variante fría de nuestro adorado Luigi (nuestra versión del tradicional capuchino italiano). La receta es una carga de espresso, leche espumada y hielos. Es una bebida balanceada en proporciones, tamaño, sabor y textura; es un clásico para nada monótono.



# Más cerveza para la cabeza

Por: Memo Mtz.

Foodie / Food Style & Wine Specialist,  
Asesor de centros de consumo de Vinoteca Mexico.  
Este mes te dejo estas grandes recomendaciones de  
Las mejores cervezas para degustar con familia y amigos.

@hudson15edg



## Capricho del Rey Baltic Porter

La Baltic Porter es una cerveza compleja por su combinación de su sabor a maltas y aromas suaves de complejo perfil, estereditos de intensidad media y densidad firme cerveza tradicional de las regiones del mar baltico derivada de la porter inglesa pero influenciada por la russian imperial stout.



## Asahi

Cerveza tradicional japonesa, con un sabor rico y refrescante pero seco y un cuerpo completo. Fácil de tomar, con un notable y corto sabor después de tomarse, de color claro dorado, ligera intensidad en su aroma a malta, de cuerpo medio, excelente para comida asiática y adicionalmente para épocas de calor. El contenido de arroz le da a la cerveza ese toque seco que tiene como primera sensación en el paladar.



## Piedra Lisa N8 session ipa

Es una cerveza ligeramente turbia de color naranja pálido y espuma color marfil. Entre sus notas puedes encontrar aromas a frutas como mango y guayaba, cítricos como toronja y florales tipo pasiflora, todos gracias a sus lúpulos, que resaltan con el amargor en un cuerpo medio y con una sensación sedosa en la boca. Toda una experiencia tropical.



## Goose 312 Urban

Goose Island es una cerveza ale de trigo sin filtrar, inspirada por la ciudad de Chicago. Tiene un cuerpo cremoso - el resultado de la mezcla de malta de cebada y trigo - y un aroma especiado de lúpulos Cascade, seguidos por un sabor a ale nitido y afrutado. 4.2% Alcohol cuerpo ligero especial para degustar con embutidos.



## Kross Maibock

Kross Maibock es un estilo de cerveza lager fuerte tradicional del norte de Alemania que se produce para celebrar la llegada de la primavera, es por eso su nombre (Bock de Mayo). Es una cerveza de profundo color cobrizo resultado del uso de cuatro tipos de maltas. En boca predomina se carácter a malta y caramelo sintiéndose también sus 6,5 grados de alcohol. Puede acompañarse con embutidos como chorizos, longanizas y jamones.

Vino

# Apasiónate de Italia

## Por: Julio Grinberg

@juliogrinberg

### Banfi Chianti Classico Riserva:

Classico se refiere a los viñedos mas antiguos dentro del Chianti, hoy tener estos vinos en tu copa es contener toda la tradición de la toscana , una región que ha sabido hacerse respetar por sí misma y ha exigido incansablemente una coherencia en las regulaciones del vino. Buena concentración, sólido y ejemplar, gran trabajo de bodega. \$789. Ideal pastas rellenas de proteína y salsas de tomate.



### La Spinetta Langhe Nebbiolo:

Con solo 25 mil botellas alrededor del mundo, hemos logrado conseguir una partida y ofrecer a los paladares más exigentes con la uva Nebbiolo. Lo fantástico de este vino es que es un blend de sus tres viñedos más importantes en Barbaresco. Es un vino intenso, intrigante, armonioso, floral y frutal. Con un afinamiento de 12 meses en roble francés y 6 meses de guarda. \$1135. Ideal lasagna de rib eye.



### Carranco Villa dei Baroni Etna Rosso:

Una genialidad siciliana, con el volcán Etna de fondo, suelos privilegiados y viñas de más de 50 años, este vino se elabora con el varietal Nerello Mascalese, considerado el rey de las variedades de uva autóctonas del Etna. Vinificado en hormigón, siguiendo la tradición más antigua, y envejecido en grandes barricas de roble por 12 meses. \$1010 Potente, elegante y volcánico. Ideal risotto con osobuco.



### Barrúa:

Referentes de la increíble Cerdeña, joint venture entre Tenuta di San Guido (Sassicaia) y Cantina di Santadi. Hoy han causado revuelo y seducción a todos los amantes de vinos con un pequeño pero poderoso portafolio de vinos. Aquí la variedad Carignan es la protagonista en conjunto a la fórmula "super toscana" CS y Merlot. Colorido, profundo y opulento. \$1144 Ideal bistecca alla Fiorentina.



### San Felice Campogiovanni Rosso di Montalcino:

Esta agricultura ha atravesado la época del papado, la disputa entre Florencia y Siena, la gestión del Consorcio del Chianti Classico. Sin duda es una bodega histórica. Ahora en Montalcino proponen excelencia y fidelidad a su territorio procedente, la cuna del Brunello (Sangiovese) y su versión más joven, el Rosso. Espero que lo disfruten. \$579. Ideal pizzas con mucho queso y arrachera encima.



Mixología

# POP!

Por: @ELMIXOLOGO

@elmixologo

## VALLE 33

*MEZCAL 33 Reposado*  
*MONTE XANIC Calixa Valle Ojos Negros*  
Mango Enchilado & Manta x SÚPER MODE  
Tamarindo Orgánico & Flor de Jamaica x  
Villa de Patos  
Jarabe DA VINCI Caramelo x CAFFENIO  
Especialidad

## LOCO Corazón

*Tequila LOCO Blanco*  
*PALMAR Spritz Hard Seltzer Frutos Rojos*  
Matcha & Aceite de Limón  
Blueberry Hearts x SUGARFINA  
Bitters de Hibiscus x 18.21 Bitters

## LONDON Calling

*No. 3 London Dry Gin*  
*Fentiman's Pink Grapefruit Tonic Water*  
Burbuja de Aceite de Naranja x  
CHOCOSOLUTIONS  
Sal Hormiga-Cardamomo x Compañía de  
Sales  
Panditas Ahogadas x XILE.CHILE

Salut,  
SR-V®



# LITOGRAFICA

# 89

Músico y Cocinero  
Chef  
Pitmaster y Fundador  
de MTY BBQ Fest

## Perfiles

Músico y Cocinero

# Ricardo Pérez

**¿Cuál es tu ciudad de origen?**  
H.Matamoros,Tamaulipas

**¿Cómo descubriste que te gustaba cocinar?**

Desde muy chico pero fue mucho después cuando decidí meterme de lleno al mundo gastronómico, no lo hacía por miedo a ser señalado por ser músico y no chef.

**¿Cuál es tu ingrediente insignia y por qué?**

No creo tener algún ingrediente insignia pero como buen mexicano me gusta explorar con los elementos que tenemos en nuestro país.

**¿Cuál es tu mayor éxito?**

Creo que mi mayor éxito ha sido fracasar y no poderle dedicar el tiempo a un negocio por la música pero al mismo tiempo esto me ha ayudado a investigar y aprender más en cuanto a la cocina mexicana, esto me ha llevado a descubrir otros sabores.

@ricciperez77

Reservaciones por Instagram o  
☎ 81 2743 9713 | 81 2743 9713

# MULIIX

COCINA DE MAR

*El sabor del caribbe  
en monterrey*

Síguenos en

  @muliix\_cocinademar

Chef

# Tony Cabrera

## ¿Cuál es tu ciudad de origen?

De donde es la carne asada,  
Monterrey Nuevo León.

## ¿Cómo inició tu gusto por la cocina?

Uyyy pues que te digo, de mi papá que un día dijo " voy a poner un asador de concreto en la banqueta de la casa" Él era chofer de trailer y en sus viajes por México llegaba con diferentes carnes para preparar, desde entonces, tengo ese gusto por la parrilla. Ahora soy yo el que cocino de lo más Riquiquí.

## ¿Dónde estudiaste o de quién aprendiste?

Estudiar en forma fue en El Instituto Culinario de Monterrey. Sin olvidar la sazón que Lupita, mi mamá me enseñó.

## ¿Cuál es tu mayor éxito como Chef?

Todavía no lo alcanzo pero día a día voy subiendo peldaños hasta lograrlo. Quiero que conozcan mi cocina a nivel internacional.

@chefpalaraza



UANL

# e-UANL Campus Digital La App a tu servicio



La  
excelencia  
por principio  
la educación  
como instrumento



DESCÁRGALA  
AQUÍ



Consíguelo en el  
App Store

DISPONIBLE EN  
Google Play

Pitmaster y Fundador de MTY BBQ Fest

# Luis Rivas

**¿Cuál es tu ciudad de origen?**  
Monterrey y Linares.

**¿Cómo inició tu gusto por el ahumado?**

Trabajaba en Laredo, TX para una empresa de logística y los fines de semana no tenía nada que hacer allá, descubrí un programa que se llama BBQ Pitmasters y me gustó lo que hacían. De ahí dije "Creo que yo puedo hacer eso y empecé a practicar".

**¿Cómo nace RIVS?**

¡Siempre lo he dicho, que gracias a que Alejandro creó el Grill Master! Si él no nos motiva a competir en México, yo no me enamoro de este deporte y no hubiera buscado ir a competir a EUA después.

**¿Cuál es tu mayor éxito en el mundo del ahumado?**

Lograr hacer esto rodeado de familia y amigos, llegar a ser el 3er Lugar Mundial actualmente de BBQ que lo gane en Houston, top 5 de Brisket entre 300 equipos, ser panelista en el Brisket Camp de Texas A&M y haber cocinando en eventos como el Texas Monthly con Killens BBQ.

**¿Por qué creaste el Monterrey BBQ Fest?**

Porque ya tengo varios años cocinando con BBQ Joints de EUA en sus restaurantes y eventos que me invitan, también visitándolos y es mi forma de agradecer y regresar todas las atenciones que me han dado ahora en casa. ¡Quiero que se enamoren de nuestro estado!

@luisrivas.mx

@mtybbqfest



# LA TIENDA PARA LOS **CRACKS** DE LA PARRILLA

Modesto Arreola 1207, Col. Centro

Lunes a Jueves 11 a.m. a 5 p.m.

Viernes y Sábado 11 a.m. a 6 p.m.

☎ 8131996050

@GRILLTEAMMTY





# LA TORRADA

LEÑA HORNOS CAVA



## CARPACCIO DE FILETE

LÁZARO CÁRDENAS 2500 SPGG RSVP - 81 8262 · 7150 📞 81 8259 · 9853 • 🍴 OpenTable

[WWW.LATORRADA.MX](http://WWW.LATORRADA.MX)

**BOTERO**  
REST-BAR

ENCUENTRANOS EN



Uber  
Eats




SEPTIEMBRE 2022

# PRIMER ANIVERSARIO

¡SIGUE DISFRUTANDO DE LA GRÁN EXPERIENCIA BOTERO!



AV. PASEO DE LOS LEONES 9002, PUERTA DE HIERRO

 **BOTERO\_REST\_BAR**

 **BOTERO REST-BAR**