



@catrinaschilaquiles



Capricciosas®

INGREDIENTES FRESCOS Y NATURALES.

HACEMOS QUE CADA REBANADA SEA ÚNICA GRACIAS
A NUESTROS INGREDIENTES GOURMET.



CAPRICCIOSAS.COM

Porque hay que serle fiel a la comida...

Hay que ser fiel a la comida reconfortante, o Comfort Food, como se conoce internacionalmente. El propósito de este movimiento o categoría gastronómica subyace en la aspiración de crear experiencias reconfortantes asociadas a sentimientos y recuerdos, lo cual hace que platillos como las alitas y boneless con salsa búfalo, sean una de las opciones más pedidas en restaurantes con mayor relevancia en el norte del país y con franco crecimiento en toda la república.

Existen varias teorías relacionadas a la creación del famoso plato de alitas con salsa búfalo, una de ellas sostiene que la salsa fue idea de Teresa Bellissimo, propietaria del restaurante Anchor Bar ubicado en la ciudad de Búfalo en el estado de New York, en el año 1964, el cual permanece abierto el día de hoy. Desde entonces esta receta ha tenido muchas modificaciones con el pasar de los años se ha convertido en un plato icónico del Comfort Food alrededor del mundo.

Actualmente, la preferencia de los consumidores por la salsa búfalo es predominante, no obstante desde la creación de esta salsa y la inclusión de otros sabores, destacan otras alternativas y variantes de la misma como lo son la salsa BBQ, con origen en el sur de Estados Unidos, como también la salsa sazónada con limón y pimienta.

En este sentido, tenemos que la oferta del Comfort Food en México, es sólida en cuanto a sabores y experiencia de

valor a los comensales, quienes cada día son más exigentes y por ende, reclaman más y mejor calidad en los ingredientes. No solo en proteínas, sino en salsas y aderezos.

Entendiendo esta demanda de calidad por parte de los clientes finales, es fundamental para la industria restaurantera, contar con proveedores que entiendan la importancia que tiene un buen insumo para sus recetas, sin que éstas pierdan la personalidad y el toque característico en cuanto al sabor buscado.

Es allí donde resalta la participación de Custom Culinary®, una empresa con más de cinco años de participación en el mercado mexicano, la cual ha sido participe de la predominancia entre los consumidores, de las alitas y boneless con la salsa para alitas Custom Culinary® Master's Touch®, convirtiéndose en un proveedor de confianza para restaurantes, empresas de catering y comedores industriales. No solamente con relación a esta salsa, sino en la amplia gama de sabores presentes en la gran mayoría de menús que encontramos en la oferta restaurantera local.

Más cerca de ti

Custom Culinary® cuenta con canales de atención personalizados a través de su website www.customculinary.mx y en el correo contacto@customculinary.mx. Asimismo, la marca cuenta con una orientación específica con estudios de mercado relacionados a los sabores más pedidos por clientes, según el rubro y el platillo a ofrecer en restaurante, también incluyen recetas y cualquier tipo de asesoría restaurantera.



**CUSTOM
CULINARY**

BE TRUE TO THE FOOD®



Portada

FOTOGRAFÍA Y POSTPRODUCCIÓN
Carlos Rodríguez Garrido
@caroga

STYLIST
Diane Alons
@dianealons

MAKEUP ARTIST
Jackie Ortiz
@_makeuplab_
BW Beauty
@bwbeauty.mx

TALENTO:
Alejandra Saldivar
@ale.saldivarm

BOOKING
Miranda Management
@miranda_mgmt

Contenido

9

#foodculturemty

Desayunos, Precio, Dieta, Pick up para llevar, Munch, Snack, Ingredientes, Producto local

34

En portada

Especial: Catrinas Chilaquiles: como comer en casa

49

Bebidas

Cerveza, vino, mixología, café

57

Perfiles

Chef

Directorio

FUNDADOR

José Antonio Chaurand

DIRECTOR DE OPERACIONES

Juan Carlos López

DIRECTOR EDITORIAL

Israel Alborno

COORDINACIÓN Y CONTENIDO

Samantha Kerbaje

GERENTE COMERCIAL

Carlos Rodríguez Walle

CONSULTORÍA COMERCIAL

Eduardo Pinto

Rubi Cazares

Viridiana González

César González

Diana Salazar

José Luis Rodríguez

Mauricio Hernández

FOTOGRAFÍA Y DIRECCIÓN DE ARTE

Mikel Rendón

CONCEPTO CREATIVO

Gerardo Ortiz

DISEÑO

Cinthia Benítez

Fedro Ceballos

WEB MASTER

Manuel Martínez

DIRECCIÓN DE ADMINISTRACIÓN

Dan García

RECURSOS HUMANOS

Paulina Aguirre

ADMINISTRACIÓN

Yamileth Bucio

DISTRIBUCIÓN

Carlos Gómez

Antonio Rodríguez

CONTACTO

contacto@residente.mx

+52 (81) 8044 9800

www.residente.mx

facebook | residentemx

instagram | @residentemty

RESIDENTE CULTURA CULINARIA (AÑO 6, No. 61, SEPTIEMBRE-OCTUBRE 2020) ES UNA PUBLICACIÓN DE PLATAFORMA GM, S.A. DE C.V. NO. DE CERTIFICADO DE RESERVA OTORGADO POR EL INSTITUTO NACIONAL DEL DERECHO DE AUTOR: 04-2012-052213373-400-101. 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 SEGOB @ 2017.



Monte de Reyes

La verdadera
experiencia
ULTRA

99 Calorías | 2.7 Carbs.

#AGARRAMONTE

EVITA EL EXCESO



www.montedereyes.com

Nomenclatura



Increíble



Comfort Food



Monterrey



Escobedo



Novedad



Genuino



Monterrey Poniente



Apodaca



Cool



Favorito Residente



Monterrey Sur



Guadalupe



Innovador



Munchies



San Pedro



Desayunos



Icónico



After hours



San Nicolás



Favorito



Valor por tu dinero



Antojo



Santa Catarina



Tendencia



Ideal en dieta



Pick up/para llevar

SONORA GRILL®
PRIME



NO ES UN REGRESO, ES EL
INICIO DE UNA NUEVA ERA

*Porque somos
Prime.*

SAN PEDRO · PICK'N GO 81 9688 7144

SONORAGRILLPRIME.COM

9

Residente
Restaurant®
Books

Platillos icónicos de Nuevo León

Historia culinaria que pasó del hogar al restaurant



Volumen II

Pídelo al teléfono: (81) 8044 9800

Costo \$250

Envío gratuito a partir de 2 ejemplares
residente.mx | @residentemty | residentemx

Desayunos
Precio
Dieta
Pick up para llevar
Munch
Snack
Ingredientes
Producto local

#foodculturemtty



Desayunos

Mad Coffee

Mad muffins
Hawaiian toast
Kasutera de chocolate y nuez
Egg toast
Pan redbean
Capuccino
Café mocha

@mad_coffee_



andolini



MORELOS # 1076 COL CENTRO,
BARRIO ANTIGUO. MONTERREY

f /ANDOLINI REST
@ANDOLINI REST
t (81) 8340 4716

SIENTE LA MAGIA DEL SABOR



Valor por tu dinero

La Casa de la Abuela

Pozole \$120
Enmoladas \$130
Enchiladas rojas \$130
Flautas \$130

@casa_abuela



La Casa
de la
Abuela

f /casabuela
© casa_abuela

Pide a domicilio

24514311 ☎ 8115045780

(entregas a domicilio solo área de Santiago)

ó ¡Llama y recógelo!

Horario de temporada

de 7:30 am a 7:30 pm

lunes a domingo





Abiertos de **lunes a domingo***
 *martes cerrado

Reserva al **81.1908.6056**



Valor por tu dinero

Guadalupes Restaurant

Chile en nogada \$285
Torta ahogada \$115
Carne en su jugo \$185

@guadalupes_restaurant



Juan Zuazua 225, Centro, 67330 Santiago, N.L | ☎ 81.2230.6981
 Menú: guadalupesrestaurant.mx

@guadalupes_restaurant GuadalupesRestaurant



LIGHT

De dieta

4 Crusts Pizza Shop

Hércules
Masa de queso mexicana
Masa integral suprema

@4crustspizza



Pick up/para llevar

Mean Patty

Classic Sliders

@meanpattymx



Pick up/para llevar

Hamburguesas Las Mexicanas

Hamburguesa "La Soraya"

@lasmexicanas.localburgs



HAMBURGUESAS

Las Mexicanas®



¡SABOR QUE NO OLVIDAS!



📍 **CENTRO SAN PEDRO**

☎ **81.2182.5820 (delivery)**

Todos los días de 12pm a 10pm
16 de septiembre #320 Centro de San Pedro, entre Corregidora y Miguel Hidalgo

📍 **VALLE ORIENTE**

☎ **81.2230.8688 y 81.2230.8957**

Lunes a miércoles 12pm a 5pm
Jueves a sábado de 12pm a 10:00pm
Domingo cerrado
Paseo María Elena 1153



📍 **SAN JERÓNIMO**

☎ **81.1176.1715**

Todos los días de 12pm a 10:30pm
Av. San Jerónimo 406, al fondo del estacionamiento de la discoteca WILL NIGHTCLUB



📍 **FOODCOURT GRAN PATIO CENTRIKA**

☎ **81.8351.0395**

Lunes a domingo de 11am a 8:30pm
Vicente Guerrero #2500 esq. Av. Ruiz Cortines dentro de área de comidas de Plaza Patio Centrika



📷 [lasmexicanas.localburgs](#)

📘 [hamburguesas las mexicanas](#)

[www.lasmexicanas.mx](#)



MUNCH

Munch

Fiships

Fish and Chips
Camarones Spicy
Double Key Lime

@fishipsmx

MR. BROWN®

MISMA FOOD MENOS CA\$H

**AHORA PUEDES PEDIR A DOMICILIO O
PICK UP CON NUESTRA PLATAFORMA**



**¡ESCANEA PARA
HACER TU PEDIDO!**

SAN JERÓNIMO
T. 0335 3303 / 2141 1097

LINDA VISTA
T. 2556 0409

CUMBRES
T. 1306 5411

GARZA SADA
T. 1234 0450

SAN NICOLÁS
T. 2315 0533

SAN PEDRO
T. 3427 9440 *Delivery*

O TAMBIÉN ENCUENTRA EL LINK (INSTAGRAM) O BOTON (FACEBOOK) PARA ORDENAR

@MRBROWNTY @MRBROWNMEXICO



YUM

Snack

Miel de Chocolate

- Pastel de vainilla con frutos rojos keto
- Pastel de elote con cajeta y nuez
- Rebanada de pastel de toffee
- Galletas chocochips con nuez y bombón chicloso
- Sándwich de dulce de leche

@mieldechocolate

CUMBRES

¡YA ABRIMOS!

📷 Cheztg

📱 Chez Cocina Tradicional

www.chez.com.mx



CHEZ A TU CASA

PIDE A DOMICILIO

CHEZ VIA CORDILLERA
(81 1088 6915)

CHEZ VASCONCELOS
(81 8356 0186)

CHEZ TREBOL PARK
(2559 5535)

CHEZ CUMBRES ¡NUEVA!
(81 1091 5373)



YUM

Snack

Moonwalk

- Milky way
- Smores
- Birthday cake
- Cinnamon roll
- Pistache cookie
- Oreo
- Cinniminis
- Nutella

@moonwalkcookies

BURGER ★ NATION



el sabor de MÉXICO



SERVICIO A DOMICILIO
81 8303 1403 / 81 2141 4141

Instagram Facebook BURGERNATIONMX





YUM

Ingredientes
Fat Rice Bastard
El Guayabo

- | | |
|-----------------|------------------------|
| Calabacita | Jengibre |
| Zanahorias | Brócoli |
| Arroz | Ajo |
| Pulpo | Aceite |
| Camarón | Soya superior |
| Tocino | Salsa dulce de pescado |
| Apio | Azúcar |
| Aguacate | Sal |
| Cebolla cambray | Aceite de ajonjolí |

@elguayabomty



Santa Bárbara
 Pozole Tacos and Grill

SERVICIO COMEDOR, PARA LLEVAR Y A DOMICILIO

PLAZA LAS VILLAS
 Ave. Eugenio Garza Sada 6115
 Local 301-A. Col Villa las Fuentes
 Monterrey, NL. CP.64890
 ☎ 81 2557 0679 | 81 2557 0680

LAS TORRES
 Ave. Lázaro Cárdenas 3820
 Col. Las Torres
 Monterrey, NL. CP.64930
 ☎ 81 8478 7809 | 81 8478 7812



PARA VER NUESTRO MENÚ
 escanea con la cámara de tu
 celular o ingresa directamente a:
www.santabarbaragrill.com/menu
 ¡Síguenos! @santabarbaragrillmx



27



Producto local

Café Tierra Escondida

Café del Bosque y Café Casautlán. Es un café de gusto suave y agradable, de aroma silvestre, con un toque dulce que concentra su complejidad en una taza. En cualquiera de sus versiones, la intensidad y su sabor tienen la impronta matutina que tanto nos reconforta.

@cafetierraescondida

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

The Dream Meal

#foodculturemty

Ensalada campera

Capricciosas Pizza

Contiene lechuga, espinaca, jamón serrano, queso parmesano, queso panela, tomate deshidratado y crema de vinagre balsámico. Ideal para comenzar una comida ideal.



#foodculturemty

Egg rolls de cabrito

Paso del Norte

El egg roll relleno de guiso de cabrito acompañado de una salsa sencilla de tomate. Una explosión de sabores nortños con un toque oriental.



#foodculturemtty

Tlayuda oaxaqueña

Cantina La 20

Forma parte de los platillos oaxaqueños declarados como Patrimonio Cultural Inmaterial por la UNESCO en 2010, también ha sido declarado como la mejor comida callejera de Latinoamérica según una encuesta realizada en Twitter por la plataforma de streaming, Netflix. La tradicional tlayuda se sirve con cecina, chorizo y frijol.



#foodculturemtty

Eggroll de cheesecake

Nooda

Está hecho con una hoja de wonton, relleno de una mezcla de cheesecake con cream cheese, azúcar y canela. La textura crunch que le otorga la fritura junto con el azúcar y la canela, le da ese sabor similar a los churros que termina siendo reconfortante.





@catrinaschilaquiles

En portada



Catrinas Chilaquiles: como comer en casa

Historia de éxito

La estufa de Catrinas Chilaquiles se encendió hace cinco años en casa de la señora Luzma, Don Oscar, Anita y Oscar de la Garza, creadores del concepto de este restaurante que al día de hoy, cuenta con seis sucursales repartidas en varias zonas del área metropolitana de Monterrey. Con su amor por la cultura mexicana, el folclore, los colores y la música, han conquistado los paladares regiomontanos con sus distinguidas salsas y su atención cercana y hogareña, que con el paso del tiempo han ganado un espacio considerable en la industria restaurantera de Nuevo León con sus platillos.

Con relación a la oferta de Catrinas Chilaquiles, Oscar recuerda una de las tantas pláticas familiares en donde él y Anita, su hermana, decidieron comenzar a vender Chilaquiles en su cochera. "Estuvimos un tiempo buscando qué vender y teníamos los chilaquiles en mente, por ser accesibles de precio para los clientes. Pasó el tiempo y dijimos ¿Sabes qué? ¡Vamos a darle! Con muy poco dinero pero muy emocionados, compramos unas tarimas, hicimos toda la decoración del lugar y con eso arrancamos. Vendíamos chilaquiles verdes o rojos, con pollo o huevo" añade.

Se venían dos años de trabajo arduo con Catrinas Chilaquiles, comenta Oscar quien recuerda que iniciaron en la cochera de sus padres, con las ollas modestas de su mamá pero con todo el amor y pasión por atender a sus comensales. "Así estuvimos durante dos años, con muy poca venta. Hace 5 años la gente no estaba acostumbrada a comer chilaquiles pero vendíamos mínimo un plato al día. Era un día a la vez".

La vorágine

"Como en los primeros días vendíamos muy poco, mi hermana se sentaba un rato afuera y yo esperaba viendo la tele en la sala de la casa y luego nos cambiábamos y así era. Ese día hacía calor y

estábamos los dos adentro y Anita me comentaba 'tenemos que asomarnos, a lo mejor hay mucha gente afuera esperando sus chilaquiles' salíamos y nada, hasta que un día sucedió. El cariño de mi papá Don Oscar al recibir a todos como familiares, el amor de mi mamá la Sra Luzma en cada receta, la atención de mi hermana Anita al servir a nuestros clientes a quienes llamamos invitados y la pasión que yo le ponía a cada plato en la cocina no pasó en vano, un día se llenó la cochera, la entrada, el comedor de mamá, la sala de papá hasta que la que antes era nuestra casa, se convirtió en la de todos ustedes" Añade Oscar, originario del municipio de San Nicolás de los Garza, de profesión veterinario pero con una pasión por la cocina autóctona y hogareña.

La dupla perfecta

Producto de una amistad que data desde la adolescencia, Oscar y Jesús Lankenau unen fuerzas para darle un nuevo aire a Catrinas Chilaquiles, por un lado está Oscar supervisando toda la operación y por el otro Chuy, con un sentido más financiero y administrativo. La entrada de Chuy ha ayudado al proceso de franquiciar la marca, manteniendo los valores y sabores originales de Catrinas Chilaquiles. "Un día dejé mi trabajo en oficina para dedicarme al proyecto de Catrinas, hemos formado un buen equipo y cada quien con sus fortalezas hemos aportado a la marca", comentó Chuy, también originario de San Nicolás de los Garza. Lo que Oscar y Chuy proyectaron hace dos años como un foodtruck, hoy se consolida como Grupo Catrinas. "Me siento muy contento y agradecido con mis tíos, con Anita y con Oscar por abrirme las puertas a este proyecto tan bonito que me vino a cambiar la vida" añadió.

Al día de hoy Catrinas Chilaquiles cuenta con una sólida clientela a quien prefieren llamar familia, que incluso los acompañan desde el inicio de la operación del restaurante, además ya están presentes en San Nicolás, Zona Tec, Escobedo, Apodaca, Miguel Alemán y Cumbres.



CATRINAS
CHILAQUILES
de San Nicolás

Comedor abierto

COMO COMER EN CASA

SAN NICOLÁS

Cordillera de los Andes 818,
Residencial las Puentes,
66460

TECNOLOGICO

Av. Del Estado 317,
Tecnológico,
64700, Monterrey, NL.

ESCOBEDO

Local 65 Plaza Nia, 3er piso,
Av. Benito Juárez,
Col. La Encomienda, 66400

CUMBRES

Estatuto Jurídico 207,
Burócratas del Estado,
64380

APODACA

Calle Constitución 105,
El Mezquital, 66630

MIGUEL ALEMÁN

Local 1 Plaza Linda Vista,
Av. Miguel Alemán
4401, Parque Industrial
Regiomontano 64540

Horario

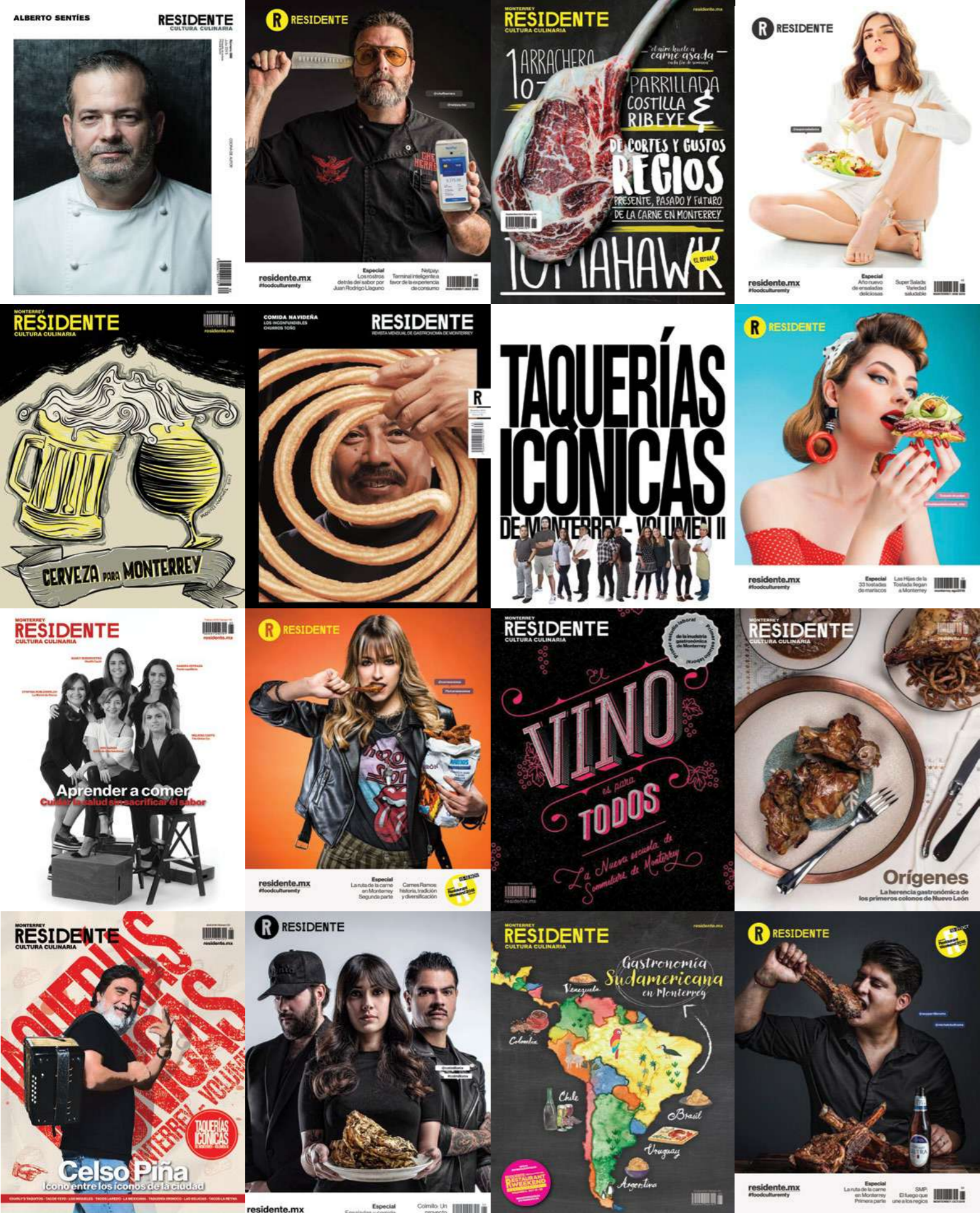
LUNES A DOMINGO DE 8 AM A 11 PM / APODACA: DE 8AM A 4PM



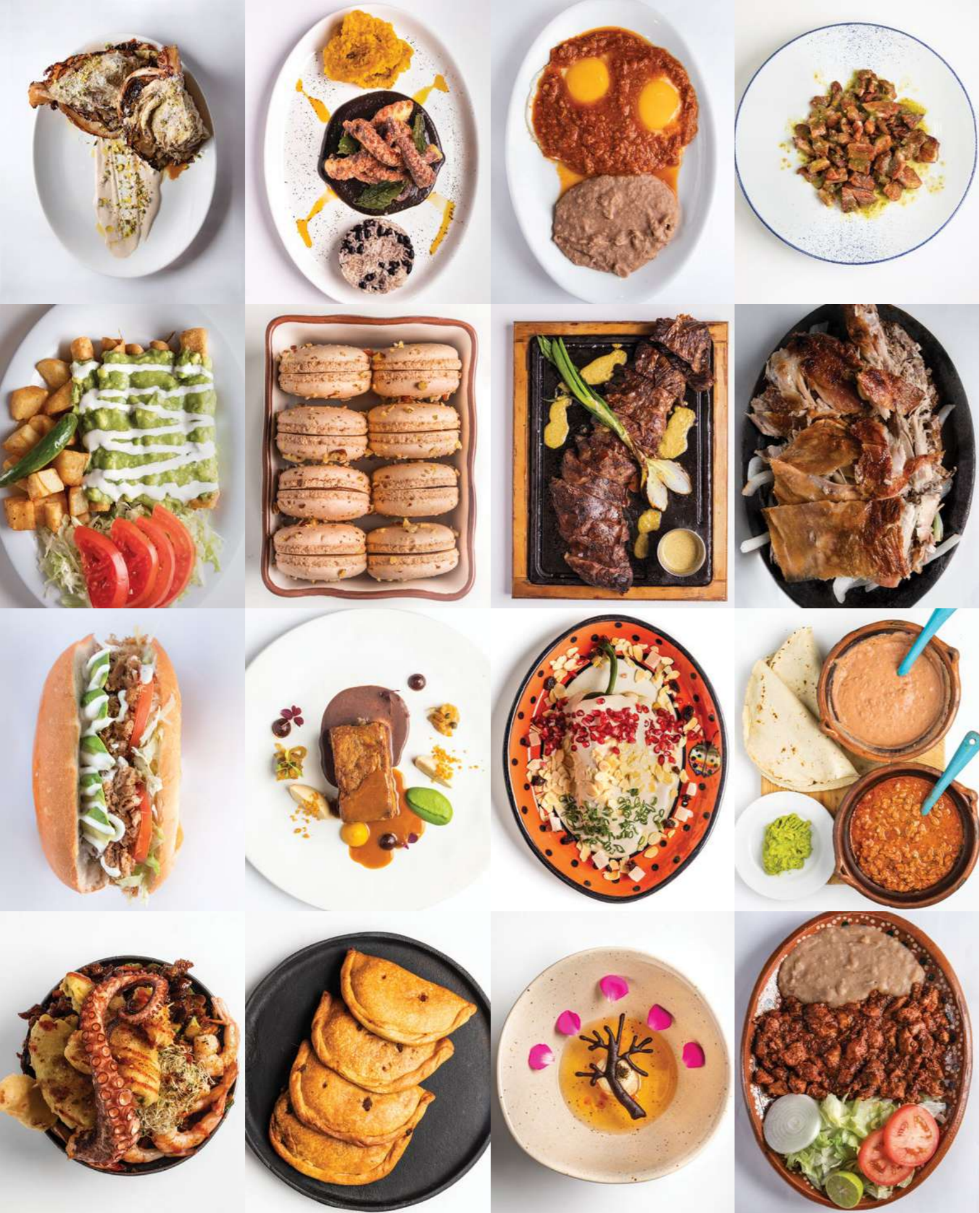
[catrinaschilaquiles](#)

[catrinaschilaquiles](#)

[www.catrinaschilaquiles.com](#)



Quinto aniversario. Cada portada es única, en ella alberga un propósito y su momento. La primera siempre tendrá un significado especial para nosotros por ser el inicio del recorrido de estos primeros cinco años. Personalidades de la cultura gastronómica de la ciudad, músicos, artistas, platillos e ilustradores han dibujado nuestras primeras páginas, que mes con mes compartimos con cada uno de ustedes. ¿Nos gustan todas? Sí, las amamos. ¿Unas nos gustan más? También, pero sin duda, estas 16 portadas esbozan la idiosincrasia, la multiplicidad de sabores y manifestaciones culturales que, ineludiblemente giran alrededor de los restaurantes de Nuevo León. Gracias a todos los que han participado en este proyecto que apenas cumple su primer lustro y a todos nuestros lectores y coleccionistas por seguirnos en este recorrido.



Platillos icónicos Para nosotros, nombrar un platillo como icónico está relacionado con la elaboración de un compendio de sabores y su historia. Icónico no significa nuevo ni viejo, no tiene que ver con modas o precios, icónico es aquel platillo que la mayoría de nosotros reconocemos. La intención de Residente de hacer un inventario de aquellos sabores ampliamente reconocidos por los regionmontanos, sabores que forman parte de nuestra riqueza gastronómica y cultural. Ya hemos hecho dos entregas en nuestro libro y pretendemos hacer muchos más, porque parte de nuestra visión es garantizar la perpetuidad de estas recetas y ser partícipes de la creación de un patrimonio gastronómico regional conjuntamente con restaurantes y cocineros del estado. Continuemos.



Alicia Villarreal
@lavillarrealmx



Juan José González
@eljonazty



Clemente Castillo
@clementecas



Luis Gerardo Garza
@chetesgarza

Hacemos lo que nos gusta. Por eso congeniamos con artistas de la movida musical regiomontana, en Residente hay cierta rebeldía que nos lleva a atrevernos a romper esquemas, como nuestra portada de la concha burger o imaginarnos cómo se vería Alicia Villarreal degustando unas enchiladas. Cada una de estas ideas, encontraron en el rock y en la música regiomontana unos cómplices acostumbrados a hacer lo que les da la gana. Lo interesante de este divertido ejercicio es que nuestros lectores descubran y prueben esos lugares y platillos predilectos de sus artistas preferidos.



Herencia norestense. Los sabores que nos conectan con nuestros antepasados, con los primeros colonos de Nuevo León, con los platillos de los sefardíes que llegaron a esta tierra huyendo de la inquisición, predominan en las ediciones de estos cinco años. El cabrito, las tortillas de harina, el asado de puerco, los machitos, el chicharrón en salsa verde, arrachera oreada, el asado de boda, apenas son algunos de los platillos que hemos publicado y seguiremos publicando, en nuestra revista, y en nuestro libro *Platillos Icónicos de Nuevo León*. Siempre en la búsqueda de historias para compartir.



Industria pujante. Es menester reconocer a esos personajes que, desde su rango de acción, han puesto su esfuerzo para hacer de Nuevo León, un destino culinario importante en México. Ellos son tan solo una parte de este gran ecosistema gastronómico que incluye productores locales, cocineros y meseros, quienes hoy a pesar de las dificultades generadas por la pandemia del Covid 19, son la industria que más genera empleos en el estado. A través de Los Rostros Detrás del Sabor, más de 20 mil personas han apreciado los retratos de los individuos que han estado detrás de sus restaurantes favoritos de la ciudad.

49

Residente
Restaurant®
Books

Platillos icónicos de Nuevo León



Historia culinaria que pasó del hogar al restaurant



Volumen I

Pídelo al teléfono: (81) 8044 9800

Costo \$250

Envío gratuito a partir de 2 ejemplares
residente.mx |  residentemty |  residentemx

Cerveza
Vino
Mixología
Café

Bebidas

Cerveza

México en tus sentidos

Por: Juan Sánchez

La comida mexicana, nombrada como patrimonio cultural intangible de la humanidad por la UNESCO es una de las más variadas y diversas del mundo. Gracias a esto, existen también una cantidad innumerable de posibles combinaciones de cervezas para combinarlas. Amargas, ácidas, secas, dulces, claras, oscuras, frutales, especiadas, alta graduación alcohólica o ligeras; la lista de adjetivos para describirlas es interminable, igual que nuestra cocina.

@latabernamx



Principia Lager

Cuando pensamos en lagers, normalmente pensamos en un día soleado en la playa (y si, ya sé... en Monterrey también pensamos en una tarde de asador). Siendo que nuestro país tiene más de 11,000 kms de litoral, prefiero combinar esta cerveza con un ceviche de camarón del Pacífico. Sabores frescos y ligeramente ácidos, son la combinación perfecta para una cerveza ligera pero igual de refrescante

Bracino Tez Oro

Pocas cosas tan mexicanas como los tacos, y de la enorme variedad, nuestros preferidos son los tacos mañaneros. Barbacoa, rajas, machacado, y una variedad casi infinita. Recomendamos combinarlos con una cerveza ligera, pero que mantenga cierto sabor a malta y un delicado regusto a lúpulo para hacer frente a tanto sabor. Para esto, recomendamos Tez Oro de Bracino.

Fauna Tristán

En nuestro país podemos encontrar también una maravillosa selección de tortas, desde la clásica torta de carrito en la secu, hasta la famosa guajolota; Tortas de la barda, de la purísima, cubana o ahogada tienen en común un buen trozo de pan. Para pasar cada mordida, recomendamos una cerveza con una buena base de malta, llena de sabor y alta carbonatación. La cerveza ideal para un buen tortón es Tristán de Fauna.

Morenos - El Camino

Las carnes braseadas, horneadas, ahumadas, o cocidas a fuego lento por horas son pilares fundamentales en nuestra gastronomía: carnitas, birria, barbacoa o cochinita pibil. Con sus sabores fuertes o con salsas levantamueertos, necesitamos una cerveza que se ponga al tú por tú con ellas. Para esto, recomendamos una pale ale, y entre más llena de sabor mejor. La Extra Pale Ale de Morenos es ideal para combinar con esta comida.

Albur La Avenida

No podíamos dejar fuera la joya de la corona en la cocina mexicana. Un platillo que puede llevar hasta un centenar de ingredientes. Almendras, nueces, chocolate, chiles secos y decenas de especias se combinan para crear moles negros, rojos o verdes. Todos con sabores complejos que necesitan una cerveza torrefacta y maltosa, pero ligera, para no opacar algunos de los delicados sabores de nuestra salsa por excelencia. Para el mole, te recomendamos La Avenida, una brown ale de Albur.

NUEVA LÍNEA DE
Mc&Cheese

SAY CHEESE!



Mc&Boneless

EN QUESO DE EMERGENCIA

LÁNZATE A

Ubica tu sucursal más cercana en lasalitas.com

Línea de Mc&Cheese disponible solamente en comedor.

 **LASALITAS**

Mes Patrio

Por: David Zambrano

@davidsommelier

Monte Xanic Kristel (México): Un clásico vino blanco de nuestro país, buena calidad a excelente precio, aromático y expresivo, notas a mandarina, piña y guayaba te amarran a seguirlo tomando, lo acompañaría con platillos frescos con jaiba, cilantro y un poco de chile serrano.

Precio: \$378

Bodega Los Cedros Rosado (México): Los vinos rosados, especialmente los mexicanos, tienen la virtud de ser estructurados y tener frescura, esto los hace muy versátiles a la hora de combinarlos con comida. Recomendadísimo unos tacos al pastor y más aún si le colocas salsa de chile piñín.

Precio: \$439.

Don Leo Cabernet – Shiraz: ¿Por qué elegir vinos con mezcla de diferentes uvas? Porque produce vinos versátiles y multifacéticos, en este caso tenemos uno elaborado con dos joyas de Parras Coahuila. Maridaje: Arrachera, Sirloin y salsa borracha.

Precio: \$451

Adobe Guadalupe Miguel (México): Tempranillo, Cabernet Sauvignon, Grenache y Merlot. Es un vino que resalta las frambuesas, fresas frescas, taninos suaves y lo hacen fácil de tomar. Iría muy bien con un pulpo a las brasas, un pollito asado o alitas picositas.

Precio: \$574

Sol de Noche (México): Otra mezcla pero de Arteaga, sus uvas vienen de una región relativamente nueva, sin embargo, está dando mucho de qué hablar, Sol de Noche es musculoso, con una frescura ideal para platillos con cortes con grasa, adobos y moles.

Precio: \$465



“Elevatio x @elmixologo”

Por: Sergio Villarreal

@elmixologo

VOLÉ:
Sueño carmesi desafiando a la gravedad.
 Tequila Tierra Noble Blanco
 Lindeman's Sparkling Rosé Bin 30
 PARASOL Mandarina
 Aceitunas Arbequina
 Azúcar Anhidrida
 Obleas Healthy Crunch Pink Chai

PARAPLU:
El vuelo al aire con un entorno amatista.
 Mezcal AMORES Logia Tobalá
 Fitzer Agua Mineral Brava Cítricos
 Sal de Hierbabuena-Cítricos x Compañía de Sales
 Hoja de Lima Kaffir
 Gimlet x SUGARFINA

ARBOR:
Tributo a la barrica como origen del alma.
 The Macallan 12YO Double Cask Whisky
 Higo x Frutas LIO
 FÉLIX Schorle de Mandarina Colima
 Longpeppår
 Aviation Gin Fizz Bears x SUGARFINA

Salut,
 @ELMIXOLOGO



Café

Inmersión y extracción

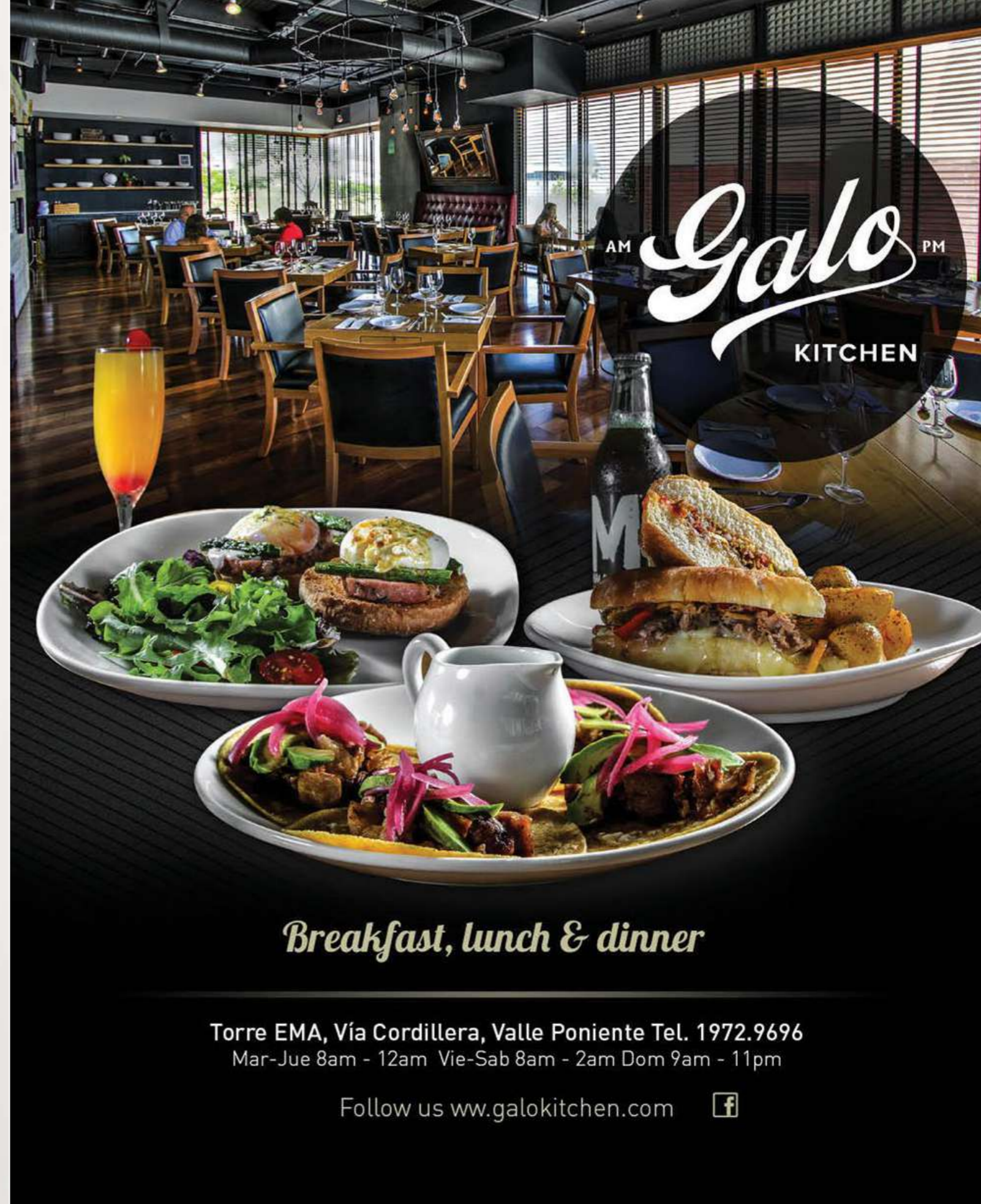
Por: CAFE CACAO

@cafecacao_tostadores

Prensa Francesa es un método de inmersión sencillo, se utiliza un filtro de malla metálica en un pistón que sirve para presionar y extraer los sabores del café de acuerdo al tamaño de su molienda, temperatura del agua y tiempo de extracción. Se caracteriza por su gran cuerpo, aroma y textura de los aceites del café.

Delter, DCP: Extracción de café por inyección de agua mediante un pistón y prensado causando un flujo de agua dosificada y una agitación controlada, esto proporciona una taza de café más limpia con un café menos amargo, resaltando su acidez y frescura.

Sifón: Cafetera de inmersión completa, toda una experiencia en diseño y método, en la que se trabaja con vacío y vapor gracias a la temperatura en sus dos cámaras dando como resultado un café de cuerpo espectacular con un sabor suave y limpio.



Breakfast, lunch & dinner

Torre EMA, Vía Cordillera, Valle Poniente Tel. 1972.9696

Mar-Jue 8am - 12am Vie-Sab 8am - 2am Dom 9am - 11pm

Follow us ww.galokitchen.com





Es Río Santa Catarina un sistema de defensa natural

De acuerdo con la plataforma Naturalista, en el Río Santa Catarina hay más de 400 especies entre flora y fauna que sirven de función: como un pulmón ecológico, ayudan a restar la fuerza al agua cada vez que se presentan fuertes lluvias.

En los últimos años, el Río Santa Catarina se ha tornado de un color más verde debido al crecimiento de ciertas plantas y árboles, además de que algunas especies de animales habitan en esta cuenca hidrológica.

Pero esta diversidad de flora y fauna no solo le brindan una mejor vista al río y por ende a la ciudad, sino que tiene una función invaluable: mantenerse como un sistema de defensa.

"La presencia de estas comunidades de plantas y animales sirve como un amortiguador contra la fuerza del agua cuando esta recorre el cauce del río", explica el especialista de la Universidad Autónoma de Nuevo León Rogelio Carrera Treviño.

"Por ejemplo, cuando un huracán llega al área metropolitana de Monterrey, las raíces de las plantas y árboles que están en el Río Santa Catarina le restan fuerza al agua y el daño a las propiedades e infraestructura aledañas es menor, por lo que el río sirve como un sistema de defensa".

Huracán "Alex" vino a regenerar el río

En 2010, el huracán "Alex" dejó a su paso una gran cantidad de agua en el área metropolitana de Monterrey, sin olvidar las pérdidas humanas y los daños materiales.

Pero este fenómeno meteorológico, conocido en la ecología también como régimen de disturbio, vino a regenerar con el paso de los años el Río Santa Catarina. "El huracán "Alex" hizo que se derivara la sucesión ecológica del Río Santa Catarina, por eso hoy en día vemos a este ecosistema con más plantas, árboles y animales. Y cuando vuelva a pasar algo similar, nuevamente sucederá este proceso de regeneración del río", explica el profesor de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia de la UANL.

En la actualidad, en el Río Santa Catarina hay grandes cantidades de plantas, árboles y algunas especies animales fruto de este evento de disturbio llamado huracán "Alex".

Chef

Gerardo Gabriel Guajardo Richo



Ciudad de origen
Monterrey N. L.

¿Dónde estudiaste o cómo aprendiste a cocinar?

Aprendí a cocinar con mi abuela, que fue la chef del club mexicano palestino libanes por 28 años e hice estudios en el ICUM.

¿Con cuál ingrediente te identificas?

La papa, versátil y siempre deliciosa.

Platillo favorito

Kipbe Naye (Kippe Crudo)

Restaurante favorito de Monterrey

El Gaucho

Tu mayor éxito como cocinero

Emprender y crear mis propios conceptos de la mano de mi Hermano.

Platillos en la foto

Bomba Regia
Omelette Nogada
Gorditas de Nata
Nido de Chilaquiles
Galletería

@chefricho / @adelacafe_mx



Opinión

Juntos podemos contra el Covid 19

Por: Loren Cervantes

Hello darlings, ¿cómo se han sentido últimamente? Les confieso que yo me he sentido súper rara con todo lo que está pasando referente al COVID 19. Han sido meses muy difíciles llenos de incertidumbre. Aparte, por lo que he platicado con amistades, creo que son sentimientos colectivos. Todo el mundo estamos pasando por crisis de algún tipo! A lo que voy es que todos estamos sintiendo miedo, impotencia, desesperación, ansiedad, etc.

La vida antes era de una manera y pues no nos queda más que adaptarnos a lo que hay hoy. He aprendido que para salir adelante tenemos que reinventarnos y no darnos por vencido. Y lo más importante es apoyarnos. ¿A qué me refiero con apoyarnos? Super sencilla la respuesta, es momento de estar para los demás. No hay lugar para ser egoístas. Necesitamos apoyarnos económicamente y emocionalmente. Es momento de forjar alianzas y hacer colaboraciones, para salir adelante. Te paso unos tips que te pueden ayudar a organizarte y llegar a tus metas!

El peor enemigo es el miedo y eso lo tenemos que dejar a un lado. No tengas miedo de empezar algo, porque si no lo haces nunca vas a saber y el hubiera no existe! Créame es mejor sentimiento saber que lo intentaste, aunque el resultado no haya sido el deseado. A fin de cuentas de los errores se

aprende y si lo vuelves a intentar lo vas a realizar mejor y llegar a tu objetivo.

Otro tip es dejar de procrastinar, no dejes para mañana lo que puedes hacer ahorita...procrastinar es un obstáculo mental que nosotros solitos nos ponemos. Es solo decidirte y hacer las cosas sin dejarlo para otro día.

Ahora que te recomiendo no dejar las cosas así en el aire, pues bien fácil cómprate un agenda y escribe todo lo que quieres hacer. Escribe tus objetivos y pon en qué fecha quieres cumplirlos. Así puedes visualizar todo lo que tienes por hacer y no dejar nada al aire. Claro que también utiliza las herramientas del calendario que vienen en tu celular y pon alarmas para recordarte.

Hay una frase que dice: "El cielo es el límite" pues te diré que no estoy de acuerdo con esa frase! Para mi no hay limites, los limites se los pone uno. Puedes llegar a donde tú quieras y cuando tú quieras! Hay que ser creativos y siempre tener un plan B.

Por último no aceptes un no como respuesta. Muchas veces vas a llegar con alguien y te va a dar un no como respuesta, sin embargo no te desanimes y no de des por vencido. El si está en algún lado y cuando lo recibas vas a ver qué tantos.

¡Ánimo! Espero que estos tips les sirvan para algo. Se los comparto con muchísimo cariño y espero que pongan uno que otro en práctica. Y lo que si es que doy Gracias a la vida por hacerme valorar cosas que antes pasaba por desapercibidas. Les mando un fuerte abrazo.



Tu **punto** de encuentro.
Las **mejores historias** de la UANL
en **un solo lugar**.

PLAN
PYME

2021*



Contrata **HOY** un **Crédito PyME**
y empieza a pagar hasta el próximo año 2021*

 **AFIRME**
El Banco de Hoy

PROGRAMA IMPULSO + ESTADOS
CON APOYO DE



nacional financiera
Banca de Desarrollo

afirme.com



Aplican restricciones. Créditos sujetos a aprobación. Crédito Fácil TPV: tasa de interés fija desde 14%, plazo hasta 36 meses monto hasta \$4MOP y sin comisión por apertura. Se requiere tener una terminal punto de venta en Afirme. CAT promedio 179% sin IVA informativo calculado al 31 de mayo de 2020 para Crédito Fácil. Crédito Total PyME: se obtiene a través del programa Impulso + Estados, tasas de interés fijas y variables en montos hasta de \$5MOP, plazo hasta 60 meses. Montos superiores a \$2.5MOP es necesario otorgar garantía hipotecaria. CAT promedio 18.2% sin IVA informativo, calculado al 31 de mayo de 2020 para Crédito Total PyME. *Aplica para el pago de capital. MOP: millones de pesos. Consulta términos, condiciones, comisiones, requisitos de contratación de los productos y servicios en www.afirme.com o llamando al 800 2 AFIRME (234763). Banca Afirme, S.A. Institución de Banca Múltiple, Afirme Grupo Financiero.