

NOTA ABASTOS

DEL N O R E S T E

AÑO XXXIX | FEBRERO 2026 | NÚMERO 204 | www.notaabastos.com.mx

Feliz Día
del **Amor**
y la **amistad**



DISTRIBUCIÓN GRATUITA A LOS COMERCIANTES DEL NORESTE DE MÉXICO Y E.U.A.

The World Sees You Here...
www.notaabastos.com.mx

promociones.y.ediciones@gmail.com
Tel. 818340-0402 y 818340-0366



60 Aniversario del Mercado de Abastos Estrella



EDITORIAL

39 AÑOS LLEGANDO AL MUNDO ENTERO

DICIEMBRE - ENERO



Sesenta años de fuerza y unidad ante los retos

Muy feliz año a todos nuestros lectores. Deseamos sinceramente que cada uno de sus anhelos se cumpla en este 2026.

Hemos iniciado el año con un ritmo sumamente agitado. Nos rodean situaciones complejas, tanto regionales como internacionales, que inevitablemente generan inquietud. Desde los intensos cambios políticos globales hasta los retos económicos locales como la "cuesta de enero" y los ajustes de precios, enfrentamos un arranque de año que nos pone a prueba.

Sin embargo, ante la incertidumbre del mundo, nuestra mejor respuesta siempre ha sido el trabajo. Este año tiene un significado especial para todos nosotros: celebramos el 60 aniversario del Mercado de Abastos Estrella. Seis décadas de historia nos

han enseñado que, mientras nos concentremos en nuestro quehacer diario, en nuestro trabajo y en nuestra comunidad, no habrá crisis que nos detenga.

En este marco de celebración, queremos rendir los más altos honores a nuestros socios fundadores. Ellos fueron quienes, con visión y valentía, sentaron las bases de lo que hoy es nuestro sustento y nuestro orgullo. Su legado nos recuerda que la perseverancia es la clave para superar cualquier adversidad, por más difícil que parezca el panorama internacional.

Nuestra fuerza está en el esfuerzo de cada día y en la unidad que nos define. Nuestro mayor deseo es que ninguna de las dificultades globales logre frenar nuestro espíritu de progreso. Que este 2026, año de nuestro gran aniversario, lo vivamos con salud, amor, prosperidad y, sobre todo, en plena libertad.

CONTENIDO

- 1 EDITORIAL
- 3 DEL HUERTO: TOMATILLO
- 6 GALERIA DE CUMPLEAÑOS Y ANIV.
- 10 MARIPOSA TRAVEL AGENCY

- 13 COMITE DAMAS MAE Y DESAYUNO TRAB.
- 15 LAS NUEVAS HABILIDADES Y LA IA
- 18 DESACELERA FUERZA LABORAL EN MEX
- 21 RECETA: FAJITAS DE RES CON NOPALES EN SALSA VERDE



The logo for Grupo Vermex is displayed in a large, blue, stylized font. The background features a collage of fresh produce including green grapes, a lime, a halved avocado, a whole egg, and a head of lettuce, all set against a white background with light blue and green circular patterns.

Grupo Vermex

Bodega 266-268 81 2565 2162 grupo-vermex.com
Tel. 81 8331 5391 - 81 8331 6037 recepcion@grupovermex.net



The logo for Frucam is written in a large, green, bubbly font with a white outline. Below it, the text 'Frutas de Calidad Morales, S.A. de C.V.' is written in a smaller, black font. The background is a vibrant collage of various fruits, including watermelon slices, cantaloupe, papaya, and a whole pineapple.

frucam
Frutas de Calidad Morales, S.A. de C.V.

Bodega 5
Mercado de Abastos Estrella
Av. Los Ángeles 1000, San Nicolás de los Garza, N.L.

frutas_morales@frucam.lat
Tels. 81 8331 1842
81 8351 1114, 8351 4531



DEL HUERTO TOMATILLO

El Tomatillo: el pequeño gigante verde de México

En los pasillos de cualquier mercado de abasto, entre montañas de chiles, pilas de jitomates y racimos de cilantro, aparece un fruto discreto pero indispensable: el tomatillo, también llamado tomate verde. Envuelto en su característica cáscara de papel, parece tímido, pero basta con probarlo para descubrir que es uno de los pilares de la cocina mexicana.

Su historia se remonta a tiempos prehispánicos. Los pueblos originarios ya lo cultivaban y lo utilizaban en salsas que acompañaban tortillas y carnes. A diferencia del jitomate rojo, el tomatillo pertenece al género *Physalis*, y su envoltura natural lo convierte en un fruto único, casi como un pequeño tesoro escondido. Desde entonces, ha sido parte inseparable de la dieta nacional y hoy sigue ocupando un lugar privilegiado en los mercados y en la mesa.

El cultivo del tomatillo se extiende por gran parte del territorio mexicano. Estados como Puebla, Michoacán, Jalisco, Estado de México y Sinaloa son líderes en producción, aunque también se encuentra en Guanajuato, Morelos y Veracruz. Su resistencia lo hace ideal para climas templados y semiáridos, y gracias a la tecnificación agrícola

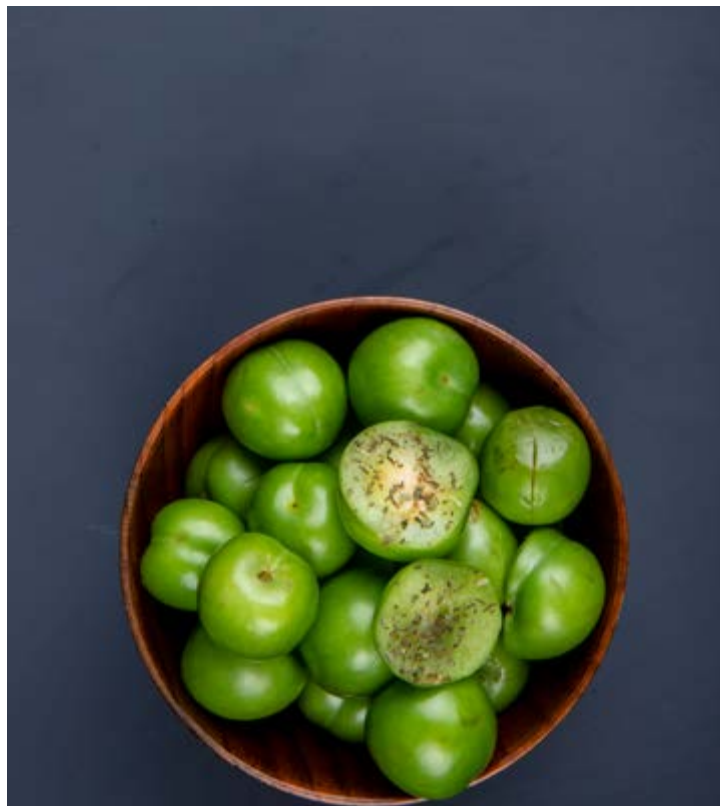


hoy se encuentra disponible prácticamente todo el año. En la Central de Abasto Estrella, el tomatillo es uno de los productos más comercializados, reflejo de su importancia en la dieta diaria y en la industria gastronómica.

El tomatillo es pequeño en tamaño, pero grande en beneficios. Su composición lo convierte en un alimento ligero y nutritivo: es bajo en calorías y rico en agua, lo que lo hace ideal para dietas equilibradas. Contiene vitamina C, que fortalece el sistema inmunológico, además de vitamina A y carotenoides, esenciales para la salud ocular y la piel. Su aporte de potasio y magnesio favorece la función muscular y nerviosa, mientras que la fibra que contiene contribuye a la salud digestiva y al control de la glucosa. Consumirlo de manera regular es una forma sencilla de añadir fresca y nutrientes a la dieta sin recurrir a productos procesados.

En la medicina tradicional mexicana, el tomatillo ha sido considerado un aliado natural. Se le atribuyen propiedades antiinflamatorias y digestivas, y en algunas comunidades se preparan infusiones con sus hojas para aliviar malestares. También se consume en jugos o caldos ligeros como un refrescante depurativo. Aunque la ciencia aún estudia estos efectos, su papel en la cultura popular es indiscutible: el tomatillo no solo alimenta, también acompaña en el cuidado cotidiano de la salud.

En la cocina, el tomatillo es protagonista indiscutible. Sin él, sería imposible imaginar unas enchiladas verdes, unos chilaquiles o un buen taco con salsa fresca. Tatemedo en comal, libera un sabor profundo y ligeramente ácido que equilibra los guisos más complejos. Crudo, aporta frescura a las salsas rápidas con chile serrano y cilantro. También se integra en moles, pipianes y caldos, donde su acidez natural realza los demás ingredientes. Su versatilidad lo ha llevado incluso a la alta cocina, donde chefs lo reinterpretan en reducciones, emulsiones y acompañamientos sofisticados. Sin importar el contexto,



el tomatillo siempre cumple con su papel: dar vida y frescura a los platillos.

Al momento de adquirirlos en el mercado, es importante saber cómo seleccionarlos. Los mejores tomatillos son aquellos de color verde brillante, sin manchas amarillas o cafés, con una cáscara firme que cubra bien el fruto. Los de tamaño mediano suelen ser más jugosos y equilibrados en sabor. Conviene evitar los que tengan la cáscara seca o el fruto blando, pues son señales de sobremadurez y pérdida de calidad.

Una vez en casa, la conservación adecuada es clave para mantener su frescura. Guardarlos en refrigeración, dentro de su cáscara y en bolsas de





papel o malla, permite que duren hasta dos semanas. También pueden congelarse, ya sea pelados y lavados, enteros o en puré, para preparar salsas en cualquier momento. Otra opción es encurtirlos en vinagre o salmuera, lo que prolonga su vida útil y ofrece un sabor distinto. Incluso la deshidratación, aunque menos común, permite obtener polvos o concentrados que intensifican el sabor en guisos. Estas técnicas aseguran que el tomatillo siga presente en la cocina incluso fuera de temporada.

El tomatillo es mucho más que un ingrediente cotidiano: es un símbolo de identidad culinaria, un producto con historia y un aliado nutricional.



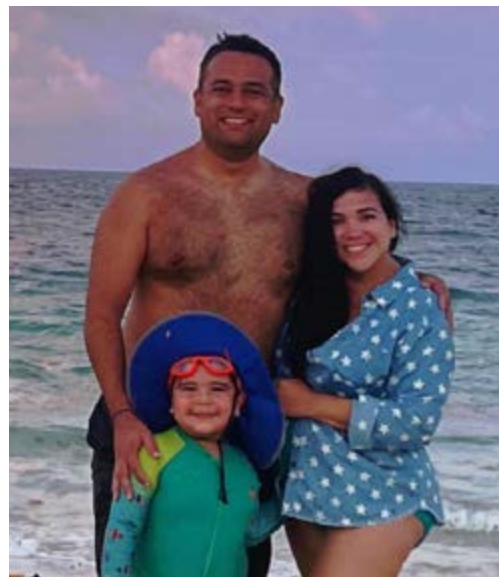
Su presencia en los mercados de abasto refleja la riqueza agrícola de México y su papel esencial en la mesa nacional. Seleccionarlo con cuidado y conservarlo adecuadamente garantiza que siga siendo ese tesoro verde que da vida y frescura a nuestras recetas. Pequeño, envuelto y aparentemente sencillo, el tomatillo es un gigante verde que sostiene buena parte del sabor de México.

GALERÍA DE CUMPLEAÑOS

Nota-Abastos del Noreste les desea Felicidades a todos los que celebraron su cumpleaños o aniversarios durante los meses de Agosto y Septiembre .

Sra. Eva Lucía Lara de Acosta - Sr. Gerardo Reyes González y Sra. Susana Flores Salazar de Reyes - Sra. Cynthia A. Montemayor de Flores - Omar González Pedraza - Aldo Peyton Flores Saucillo - Adrián C. Cavazos Flores - Sra. Aurora Borjas de Hernández - Sra. Berta Treviño de De León - Yahaira Guadalupe Lara Esmeralda - Julia Carbajal Pedraza - Marifer Flores Lozano - Tancredo Vidal - Miguel Alejandro y Patricio Guerrero Treviño - Don Fidel Pedraza Áncer - Valeria Díaz Hernández - Sr. Miguel Rdz. de la Fuente y la Sra. Ma. Luisa Méndez de Rdz. - Sra. Dora F. de Peña - Sra. Cecilia Gómez Rodríguez y Sr. Luis Álvarez Alanís - Valentina Pedraza Elizondo - Evita Lee Lam - Ing. Sergio López - Sr. David Molano y Sra. Maria Aguirre - Sra. Irma Z. Pedraza Áncer - Don José Luis Chavarria Ordaz Claudia Segovia Lumbreras - Héctor René Rodríguez Ramírez - C. P. Doña Reyna Quezada de Villarreal - Sergio de De León - Sr. Arturo M. Leal - Sra. María de Santiago de Ramírez - Ivonne Hernández Rodríguez - Victoria Marcela Ramírez González - Sra. Luz María Alanís de Álvarez - Adrián Hernández Rodríguez - Andrea Lumbreras de Segovia - Vanesa Sofía Ochoa Ochoa - Sra. Leonor Aguilar de Guerrero - Doña Paulina Martínez Cantú - Rosa Isela Rodríguez de Hernández - Ivonne Hdz. Rodríguez - Laura G. Garza de Montemayor - Sra. Francisca Martínez de Rdz. - Sra. Mercedes Guajardo de Garza.





SE PARTE DEL 60 ANIVERSARIO

¡NADIE TE DA MÁS!
Todas las Bodegas de forma fácil
por producto, número de bodega
y por correo

Tel. 814452-5555
schaper_y@yahoo.com.mx
www.abastosestrella.com.mx



¡ANÚNCIATE YA!

Tel. 814452-5555
www.abastosestrella.com.mx
schaper_y@yahoo.com.mx







Casa Mariposa

TRAVEL AGENCY

Diseñamos el viaje que habita en tus sueños

En un mundo donde viajar es más complejo que nunca, Casa Mariposa nace para devolverte lo más valioso: la capacidad de disfrutar sin preocupaciones.

No somos solo una agencia; somos un equipo de Travel Designers dedicados a transformar tus deseos en itinerarios con alma, intención y profesionalismo.

¿Por qué elegir la experiencia Casa Mariposa?

Sabemos que la sobreinformación y los cambios constantes pueden hacer que planear un viaje sea abrumador. Nuestra misión es liberarte de esa carga:

Personalización Absoluta: Aquí no existen los paquetes "en serie". Tu viaje se construye desde cero, basándonos en una escucha activa de tus gustos, presupuesto y expectativas.

Curaduría Experta: Más de tres años diseñando experiencias nos respaldan. Seleccionamos cuidadosamente cada proveedor, hotel y destino para garantizar que tu inversión esté protegida.

Acompañamiento 360°: Desde la primera idea hasta el regreso a casa. Estamos contigo antes, durante y después de tu viaje para resolver cualquier imprevisto. Tu único trabajo es subirte al avión y disfrutar.



Especialistas en Bodas Destino: Tu "Sí, acepto" en el paraíso

Sabemos que tu boda es uno de los momentos más importantes de tu vida. Como especialistas en Bodas Destino, nos convertimos en tu mano derecha para que la logística sea perfecta:

- Coordinación impecable con resorts y proveedores.
- Gestión de invitados para que ellos también vivan una experiencia única.
- Diseño de eventos pre y post boda (rompehielos, tornabodas y más).
- Tranquilidad total: Tú disfruta el romance; nosotras nos encargamos del estrés.

El Sello de Calidez Humana

En Casa Mariposa no solo vendemos destinos; compartimos conocimiento y estrategia. Pero, por encima de todo, construimos relaciones. Nos distingue un servicio cercano y empático porque entendemos que cada viaje es una historia personal. Para nosotras, cada cliente importa y cada sueño se vive como propio.

¡Es momento de comenzar a diseñar! Si buscas unas vacaciones sin estrés o la boda que siempre imaginaste, estamos listas para acompañarte.

Beneficio Exclusivo: Menciona que vienes de Nota Abastos y recibe un descuento especial en los honorarios de diseño de tu próxima escapada.



@casamariposa.travelagency



Casa Mariposa Travel Agency



8131311143

www.casamariposatravelagency.com

CUIDAMOS TU PRODUCTO COMO SI FUERA NUESTRO



MARKET THREE

Almacenaje Refrigerado

Inspección y Selección de frutas y verduras

Traspaleo

Enmallado

Tel. +52 81 4027 7074

Administracionmarketthree.com.mx

Juan Zuazua 3740B, Del Nte., 64500 Monterrey, N.L.



Grupo Frucat

Cultivando Grandes Experiencias

Nos especializamos en:
Manejo, zanahoria,
verdura, chiles secos y ajos

Tel. 81 83 51 22 60 - 81 83 31 82 90
recepcion@grupofrucat.com.mx

BODEGA 303

www.grupofrucat.com.mx



Desayuno de Trabajadores Adultos mayores y posada del comite de DAMAS MAE

El pasado miércoles 9 de diciembre 2025, el Comité Social y Asistencial de Damas del Mercado de Abastos Estrella, encabezado por su presidenta la Sra. Blanca Carbajal de Reyna, realizaron el desayuno navideño para celebrar y reconocer a los trabajadores de Adultos Mayores de nuestro Mercado de Abastos Estrella. A los ancianitos presentes se les sirvió un sabroso desayuno y pastel como postre. En este evento se les hizo entrega de su despensa, regalos sorpresa y una chamarra muy abrigada.

Aprovechando la reunión las socias celebraron su posada navideña con intercambio de regalos y amable convivencia, donde Blanquita les deseo lo mejor para estas fiesta navideñas, así como bendiciones, salud y prosperidad para todo el año 2026.







Las nuevas habilidades y la IA están transformando el futuro del trabajo*

1. El Impacto de la IA en el Empleo y la Demanda de Habilidades

La revolución tecnológica actual está reconfigurando los mercados laborales de manera profunda. Actualmente, casi el 40 % de los empleos mundiales están expuestos a cambios impulsados por la IA, lo que genera una necesidad crítica de actualización de competencias para los trabajadores.

Demanda de nuevas habilidades: Una de cada diez ofertas de empleo en economías avanzadas y una de cada veinte en mercados emergentes exigen al menos una nueva habilidad.

Sectores líderes: Los puestos profesionales, técnicos y de gestión –especialmente en TI– concentran más de la mitad de esta demanda. Otros sectores como el sanitario (teleasistencia) y el marketing (redes sociales) también muestran una tendencia al alza.

Riesgos para el empleo inicial: La adopción de IA generativa está reduciendo la contratación de personal de nivel inicial, ya que muchas de sus tareas son automatizables.

2. Dinámicas Salariales y Crecimiento Económico

La adquisición de habilidades emergentes está directamente relacionada con una remuneración superior. Los empleadores están dispuestos a pagar primas significativas por el talento que se adapta a las nuevas exigencias.



Primas salariales: En el Reino Unido y EE. UU., una sola habilidad nueva puede incrementar el salario en un 3 %.

Impacto de múltiples habilidades: Vacantes que requieren cuatro o más habilidades nuevas pueden pagar hasta un 15 % más en el Reino Unido y un 8,5 % más en Estados Unidos.

Efecto multiplicador: Regiones con alta adopción de nuevas habilidades ven un impulso en la economía local; por cada punto porcentual de aumento en ofertas con nuevas habilidades, el empleo general creció un 1,3 % en EE. UU. durante la última década.



**MERCADO
DE ABASTOS
ESTRELLA**

Expresa sus más sinceras condolencias
a la familia:

Guerrero Villanueva

Por el sentido fallecimiento de nuestra
Socia, la Sra.

**Doña Rosa María
Villanueva Viuda de
Guerrero**

Sus hijos:

Rosa María (+), Irma Laura, María Teresa,
Raymundo Julián, Ezequiel (+), María
Isabel, Juan de Dios (+), Alejandro Manuel
y Miguel Ángel Guerrero Villanueva hijos
políticos, nietos y demás familiares

*Deseamos una pronta resignación a su familia.
Descanse en Paz*

San Nicolás de los Garza, N.L., 27 de Diciembre de 2025

Descanse en paz



**SR. ERNESTO RODRIGUEZ
DE LA FUENTE**

Velación miércoles 21 a partir de las 11am
Misa de cuerpo presente el jueves 22 a las 10am

Capilla Valle de la Paz
Av Alfonso Reyes 408, Col. Los Sauces, 66237 SPGG

17 febrero 1936 - 20 enero 2026
Monterrey, NL

✝

**VISITA NUESTRO
NUEVO PORTAL**

**EN LA
WEB**



**Más simple
MAS COMPLETO**

**DIRECTORIO
TELEFÓNICO 2025**

www.abastosestrella.com.mx




**PRODUCTOS DEL CAMPO
LOS PINOS S.A. DE C.V.**

BODEGA 213 y 215

**MERCADO DE
ABASTOS ESTRELLA**

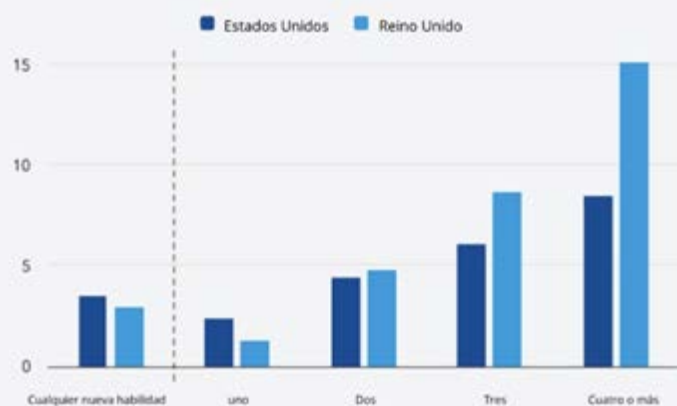
**TEL. 818351-9475
813423-7619**

**SAN NICOLAS DE LOS
GARZA, NUEVO LEON**

lospinosrodriguez@hotmail.com

Las vacantes de empleo que requieren nuevas habilidades están asociadas con salarios más altos

Cambio porcentual en los salarios



Fuentes: Lightcast y cálculos del personal técnico del IMF. Nota: La figura muestra regresiones para el Reino Unido y Estados Unidos utilizando las ofertas de empleo de 2020 a 2024.

IMF

3. El Desafío del Desequilibrio de Habilidades Global

El análisis introduce el Índice de Desequilibrio de Habilidades, que compara la demanda futura proyectada frente a la oferta actual de talento.

Países con déficit de oferta: Naciones como Brasil, México y Suecia presentan una alta demanda de nuevas habilidades, pero una oferta baja, lo que requiere inversión urgente en educación STEM y capacitación.

Países con superávit de talento: Australia, Irlanda y Polonia cuentan con talento abundante pero una demanda modesta, enfrentando el reto de estimular la innovación empresarial para absorber dicho talento.



Vulnerabilidad a la IA: En regiones con alta demanda de habilidades de IA, el empleo en ocupaciones vulnerables es un 3,6 % menor después de cinco años en comparación con regiones de baja demanda.

4. Estrategias de Preparación y Políticas Públicas
El éxito de la transición hacia una economía impulsada por la IA depende de la proactividad de las políticas gubernamentales. Países del norte de Europa, como Finlandia, Irlanda y Dinamarca, lideran la preparación global debido a su sólida inversión en educación superior y formación continua.

Reformas educativas: Es imperativo rediseñar los sistemas educativos para fomentar habilidades cognitivas, creativas y técnicas que complementen a la IA en lugar de competir con ella.

Movilidad y protección: Se recomienda mejorar la movilidad laboral mediante viviendas asequibles y flexibilidad, además de fortalecer la protección social para quienes enfrentan transiciones difíciles.

Competencia: Las políticas deben evitar la concentración de mercado que limita la innovación cuando las grandes empresas adquieren rivales solo por su talento escaso.



Desacelera Fuerza Laboral en México

El análisis de la evolución de la Población Económicamente Activa (PEA), es fundamental para entender la capacidad productiva y el potencial de crecimiento económico de un país.

Representa un motor clave del consumo interno, además de ser un factor de atracción de inversiones. Asimismo, permite el diseño de políticas sostenibles en materia educativa, laboral y de seguridad social.

En México, de acuerdo con la métrica del INEGI, la PEA se determina con las personas de 15 años o más, que trabajan o buscan activamente un trabajo.

Entender las dinámicas del mercado laboral mexicano es necesario para una óptima toma de decisiones de negocio.

Después de la pandemia de covid-19, el crecimiento de la fuerza laboral (PEA) en México, dejó de comportarse de manera cíclica, registrando una ralentización significativa y sostenida a tasas del 1% anual.

Como contraparte, la Población No Económicamente Activa (PNEA), aumentó su dinamismo en torno al 4% de crecimiento anual en los últimos años, lo cual responde a una menor participación de la población en la fuerza laboral.



Además de una baja de los índices de natalidad en las últimas décadas, este cambio estructural del crecimiento de la fuerza laboral puede deberse a los siguientes factores (no ordenados):

1. Envejecimiento de la población
2. Implementación y posteriores ampliaciones de los programas sociales a adultos mayores y jóvenes
3. Reformas que incentivan la jubilación anticipada
4. Un factor no estructural puede ser la pérdida



de dinamismo de la economía, entorno en el que típicamente aumentan los trabajadores potenciales que se desaniman a buscar empleo (discouraged workers).

Como mencionamos anteriormente, la Población No Económicamente Activa (PNEA) en México ha mostrado un comportamiento inusitado en los últimos años, aumentando su dinámica de crecimiento a tasas de alrededor del 4% anual. Atribuimos este fenómeno del mercado laboral a los siguientes 4 factores no ordenados por importancia:

1. Envejecimiento de la población. Según el Consejo Nacional de Población (CONAPO), la disminución de la tasa de natalidad, el aumento de la esperanza de vida y la mejora en los servicios de salud han contribuido al crecimiento del porcentaje de la población adulta mayor, la cual se estima actualmente en 12.8% y para el 2030 se pronostica en 15%.

2. Programas sociales a adultos mayores y jóvenes. Las transferencias de recursos a población vulnerable implementadas y ampliadas durante los gobiernos de la 4T ascenderán a poco más de 1 billón de pesos durante 2026. Los programas más significativos han sido "Pensión para el Bienestar de las Personas Adultas Mayores" y "Jóvenes Construyendo el Futuro", a los cuales se suma recientemente la "Pensión Mujeres Bienestar", que beneficia a la población femenina mayor de 60 años.

3. Reformas que incentivan la jubilación anticipada. En 2021 se promulgó una reforma a la ley 97 del sistema de pensiones del IMSS, entre los cambios más significativos está: a) Reducción de 1,250 a 750 semanas cotizadas como mínimo para tener derecho a la jubilación -posterior aumento anual de 25 semanas hasta topar en 1,000 para 2031- y b) Establecimiento de una pensión mínima garantizada para quienes no alcancen los requisitos de ley, en torno a los \$10,600 mensuales para 2026. Hacia adelante, destacan recientes modificaciones a la Ley del ISSSTE que permitirán a sus afiliados jubilarse a una edad más temprana.

4. Economía estancada. En 2024, el avance del PIB real mexicano fue de 1.4% y para el 2025 cerrará en torno al 0.5%, hilando dos años de bajo crecimiento. Es probable que este contexto de estancamiento económico desanime a cierto sector de la fuerza laboral que finalmente desiste en su búsqueda de empleo (discouraged workers). Lo anterior explicaría en parte la históricamente baja tasa de desempleo que actualmente ronda el 2.7%, pues ésta se calcula solo con aquellos trabajadores que efectivamente están en una búsqueda activa de empleo.

En el último año la tasa de participación en la fuerza laboral ha disminuido significativamente en los segmentos etarios de 15 a 19 años y de 60 y más.

Ahora más que nunca, impulsar un sistema de pensiones y jubilaciones sostenible es crucial para el gobierno y las empresas.



LIMONES
Solis

BOD 185-A

MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA SAN NICOLÁS

Av. Los Ángeles Ote. 1000 San Nicolás de los Garza, N.L. Mercado de Abastos Estrella
Bodega 185-A Tel. 818331- 5206, 81286-21790, 8118092055 limones_solis@hotmail.com

Tomates Solis

BOD 204

Tel. 81308-91015, 84450-48938

Mercado de Abastos Estrella

Av. Los Ángeles Ote. 1000 San Nicolás de los Garza, N.L.

RECETA

FAJITAS DE RES CON NOPALES EN SALSA VERDE

Ingredientes:

- 500 g de fajitas de res
- 2 tazas de nopales en tiras, previamente cocidos y escurridos
- 6 tomatillos verdes (tomates de cáscara)
- 3 chiles serranos
- 1/4 de cebolla blanca
- 2 dientes de ajo
- 1/2 taza de cilantro fresco
- 1 cucharada de aceite vegetal o de oliva
- Sal y pimienta al gusto
- 1 pizca de comino (opcional, para dar profundidad al sabor)

Procedimiento

Asar los ingredientes de la salsa, para esto en un comal o sartén caliente, tatema los tomatillos, los chiles, la cebolla y los ajos hasta que tengan un ligero tono dorado y desprendan aroma. Esto intensificará el sabor de la salsa.

Coloca los ingredientes asados en la licuadora junto con el cilantro y un poco de sal. Procesa hasta obtener una salsa tersa. Si queda muy espesa, agrega un chorrito de agua.

En una sartén amplia, calienta el aceite y coloca las tiras de res y sellaras muy bien. Sazonar con sal, pimienta y, si lo deseas, una pizca de comino. Cocina a fuego medio-alto hasta que estén doradas por fuera y jugosas por dentro. Añade los nopales cocidos a la sartén con la carne y mezcla bien. Deja que se integren los sabores durante unos minutos.



Vierte la salsa sobre la carne y los nopales. Cocina a fuego medio durante 5-7 minutos, hasta que la salsa hierva suavemente y se impregne en los ingredientes.

Sirve las fajitas de res con nopales en salsa verde en un platón acompañadas de frijoles de la olla y tortillas de maíz recién hechas. Puedes decorar con hojas de cilantro fresco y rodajas de cebolla morada para dar color.



Naranja - Toronja - Mandarina

Empacadora
Carretera Gral. Terán km 5.5
Montemorelos, N.L.
8262632090

Mercado de Abastos Estrella
Bodega 190 A- 192
818351-7875, 811-667-1414

grupocitricolamac@gmail.com