

# Sabores<sup>®</sup>

La guía máxima de la carne

**CON  
RELLENOS**

19 RECETAS PARA  
PIERNA, LOMO Y  
PORK BELLY

**SECRETOS  
DEL CHEF**

ESPECIAS PARA  
SAZONAR EL CERDO

**+31**

**IDEAS CON CERDO PARA  
CELEBRAR DICIEMBRE**

EDICIÓN Nº15  
OCTUBRE 2023 - 1,30,00  
WWW.PROGGARNE.COM




**GUANGOLOLA**  
PARA CUI ABASTOS

**PROG CARNE**  
*¡Nuestro cerdo Sí es bueno!*

SABORES  
 QUE NO PUEDEN FALTAR  
 EN TU  
 MESA



Adquiérello en los principales supermercados o a través de nuestro sitio de compras en línea:  **PROG CARNE** delivery [delivery.progcarne.com](http://delivery.progcarne.com)

 2580-1525  [progcarne.com](http://progcarne.com)  
 SERVICIO AL CLIENTE

Progcarne 

## Contenido

### PARA INICIAR EL DÍA ABUNDANTES DESAYUNOS CON CHORIZO

Ricas opciones con los productos de PROGCARNE, GUANGOLOLA y LA JULIA.

Páginas 14-18

### COCINA PRÁCTICA CENAS RÁPIDAS CON UN TOQUE CATRACHO

Prueba estas delicias con carne de cerdo y res para celebrar nuestra cocina.

Páginas 19-23

### COMPLEMENTOS

#### EL SABOR DE LA PAPA

Disfruta de estas preparaciones con este tubérculo para acompañar el cerdo.

Páginas 56-59



### MANOS A LA CACEROLA

#### 9 IDEAS PARA CELEBRAR CON CERDO

Te traemos recetas para el cucumbo y amigo secreto.

Páginas 24-34



### MAESTRO ROSTICERO

**36** TODO AL HORNO - 19 DELICIAS  
DE CERDO CON RELLENO  
Prepáralos con adobos,  
salsas y chutneys. PÁGINAS 38 - 55

*Lomo de Cerdo  
para rellevar al  
estilo cubano.*

**Sabores**<sup>®</sup>

Una publicación exclusiva de



GUANGOLOLA  
PARQUE AGROINDUSTRIAL

EDICIÓN N°15 OCTUBRE 2023

Valor 1.30.00

DIRECCIÓN PROGCARNE

KM12, desvío a Las Cañadas, Dos Caminos,  
Villanueva, Cortés, Honduras, C.A.

Presidente Flavio Tinoco Díaz

Gerente General José Eduardo Tinoco  
Marinakys

Director Flavio Enrique Tinoco Marinakys

Mercadeo Alexandra María Tinoco  
Bendeck

WEB & REDES

www.progcarne.com

fb.com/progcarne, ig: ProgCarne,

youtube: Progcarne y Tiktok: Progcarne

teléfono 4-5041 2580-1525

Email: info@guangolola.com

Conceptualización, producción,  
edición y diseño revistas



# PROGCARNE®

¡Nuestro cerdo Sí es bueno!™

Cortes Premium Empacados en  
**Atmósfera Modificada**



Escanea el código  
y conoce más sobre esta  
tecnología de empaque



Adquiérello en los principales  
supermercados o a  
través de nuestro sitio de  
compras en línea:

 **PROGCARNE**  
delivery  
delivery.progcarne.com

 2580-1525  
SERVICIO AL CLIENTE  
 progcarne.com

Progcarne  


# Cortes de cerdo para DISFRUTAR EN FAMILIA

DESCUBRE LOS 5 CORTES MÁS POPULARES DEL CERDO DE **PROGCARNE** PARA ESTA TEMPORADA FESTIVA. SON RICOS EN SABOR Y TEXTURA, DESCUBRE DE DONDE SE OBTIENEN PARA QUE LOS DISFRUTES EN TU PRÓXIMA CENA FAMILIAR.



## 01. PALETA

La paleta, espaldilla u hombro es la parte superior de la pata delantera del cerdo. La paleta es un corte bastante marmoleado. Es un corte versátil que puede ser cocinado entero, **cortado o mediante calor y vapor para obtener el delicioso "pulled pork"**. **PROGCARNE** cuenta con Paleta de Cerdo fresca y con la Paleta de Cerdo Ahumada.



## 02. CODILLO

El codillo del cerdo es un corte sabroso, de la pata delantera del cerdo. Es la porción más baja y carnosa de la pata delantera. **El corte de Pork Hock o Codillo de Cerdo de PROGCARNE es perfecto para hornear.**

## Radiografía

### 03. FILETE

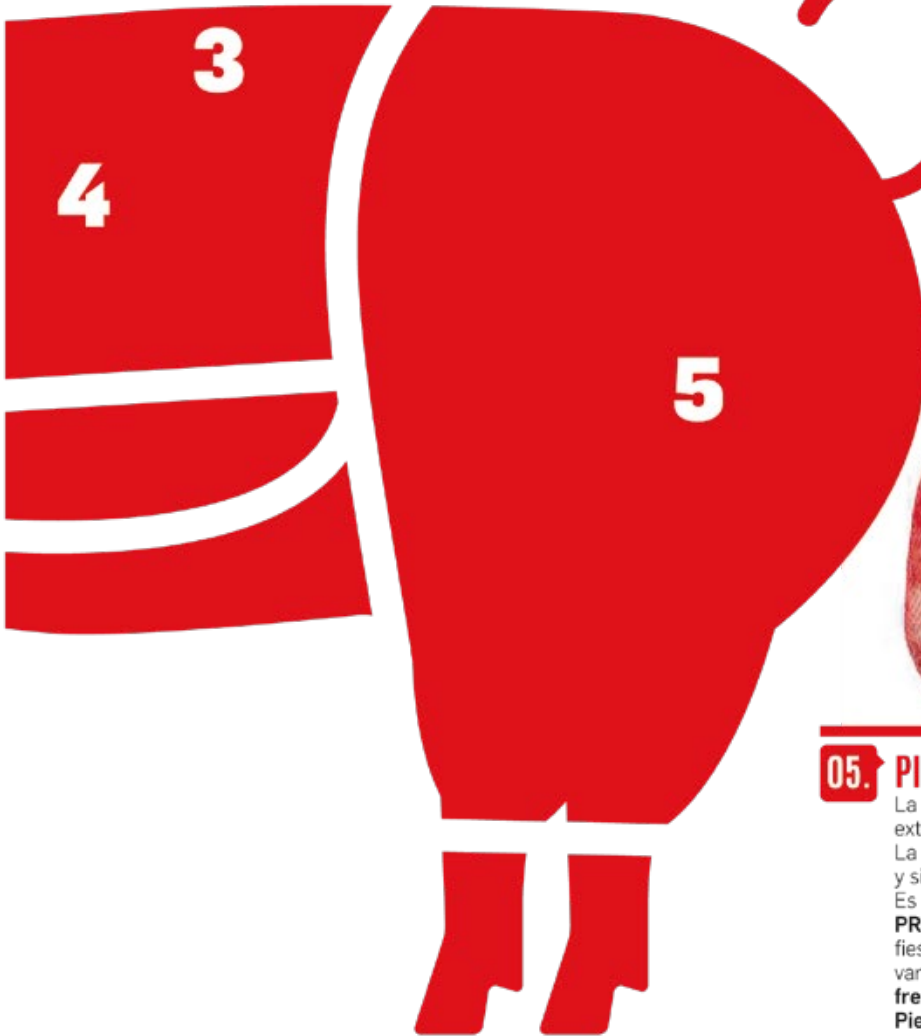
Filete de Cerdo de **PROGCARNE**, está ubicado junto al espinazo, en la parte superior del lomo. Es uno de los cortes con **más bajo contenido de grasa**. Es ideal para preparar con salsas y chutneys de hierbas y frutas.



### 04. LOMO

El lomo proviene del lomo entero. El Lomo de Cerdo de **PROGCARNE** es uno de los cortes más tiernos del cerdo.

El lomo posee un sabor suave, así que es mejor si se prepara con una mezcla de especias, relleno o salsas.



### 05. PIERNA

La pierna de cerdo es la extremidad trasera del cerdo. La pierna está disponible con y sin hueso, con piel y sin piel. Es el corte estrella de **PRO GCARNE** para las fiestas, y viene en una gran variedad: **Pierna de Cerdo fresca con piel y sin piel**, **Pierna de Cerdo sin hueso en malla**, **Pierna de Cerdo Navideña sin hueso** y **Pierna de Cerdo Ahumada**.

# PROGCARNE PRESENTA LOS PRODUCTOS DE TEMPORADA

## *Carne de Cerdo picada a mano*



La **Carne de Cerdo picada a mano** en empaque MAP, viene en el empaque de atmósfera controlada, para una duración fresca y más duradera.

Este corte de carne de cerdo picada a mano, se extrae de la parte gruesa de la pierna de cerdo, conocido como tajo o lomo. La recomendación para prepararla es con una temperatura mínima de cocción de 62.7 grados Celsius.

La finalidad de esta nueva presentación de **Carne de Cerdo picada a mano** de **PROGCARNE** es facilitar la elaboración del relleno navideño, ya que es carne de cerdo finamente cortada, para luego ser preparada al gusto.

Este corte también sirve para hacer los tradicionales taquitos de cerdo mexicanos, nachos, quesadillas, en fin, es un corte muy versátil. Desde ya la puedes encontrar en todos los canales de venta y distribuidores de **PROGCARNE** que tienen oferta de productos MAP.



TANTO LA CARNE DE CERDO PICADA A MANO COMO LA PALETA DE CERDO CON SABOR NAVIDEÑO, VIENEN A FACILITAR Y RENOVAR TUS PREPARACIONES EN LAS FIESTAS DECEMBRINAS.

**P**ROGCARNE líder del mercado cárnico de cerdo en Honduras, lanza sus nuevos productos especiales para disfrutar en las fiestas. Ahora como parte de los cortes estrella de la temporada podrás contar con una **Carne de Cerdo picada a mano** de los productos en empaque MAP (Modified Atmosphere Packaging) y la **Paleta de Cerdo sabor Navideño**. Ambos productos son perfectos para preparar en las reuniones y cenas de Navidad y fin de año, estamos seguros que serán los favoritos de tus fiestas.

### Paleta de Cerdo sabor Navideño



El nuevo producto de temporada de **PROGCARNE** es la **Paleta de Cerdo sabor Navideño**, que es una paleta con hueso empacada al vacío y condimentada con una variedad de especias. La receta está inspirada en la preparación típica de la paleta de cerdo en España, con pocos condimentos, pero con una gran sazón. La paleta es uno de los cortes más suaves y ricos del cerdo, pero en Honduras típicamente lo que se consume es lomo, filete y pierna. Por eso **PROGCARNE** quiere ofrecer un producto nuevo y atractivo al consumidor, un corte ya preparado y listo para que se animen a probar su sabor y facilidad de preparación. La **Paleta de Cerdo con sabor Navideño** es una pieza ideal para darte un nuevo giro al protagonista de tu cena navideña o celebración de fin de año. La paleta condimentada la pueden adquirir en todos los canales de venta y distribuidores de **PROGCARNE** con la oferta de productos de temporada navideña.



Para más información sobre estos nuevos productos visita la página de **PROGCARNE**, [www.progcarne.com](http://www.progcarne.com) y su sitio de pedidos en línea [www.delivery-progcarne.com](http://www.delivery-progcarne.com)



# TOUR DEL SABOR

## de cerdo con PROGCARNE

**E**l sabor del cerdo siempre está presente en la gastronomía de nuestro país. Así es cómo recorrimos los restaurantes y negocios de algunos de nuestros mejores colaboradores, con una rica oferta de delicias con cerdo y encantadores ambientes que seguro les invitarán a regresar. Conoce con nosotros los exquisitos platillos que estos negocios 100% hondureños, elaboran cada día con esmero y dedicación con la línea de productos estrella de **PROGCARNE**.

### COMAYAGUA

#### Delicias Del Carmen

"Delicias Del Carmen" se destaca por su exquisito sabor y por ser una parada obligatoria cuando viajamos por la carretera CA-5 en Comayagua. Este sitio es muy conocido por los deliciosos chicharrones de cerdo, en todas sus presentaciones. El legado de "Fincas Del Carmen" ha sido forjado por doña Carmen de Hernández y su familia.

"Fincas Del Carmen" nace en el año de 1973, con una siembra de tabaco, ya que don Manuel Hernández, esposo de doña Carmen, siempre tuvo vocación por la agricultura. Con el pasar de los años, la granja creció, por lo que doña Carmen decidió junto a su esposo que, en lugar de vender leche, emprendieran con lácteos y chicharrones dando uso a los cerdos que criaban. Ahora "Delicias Del Carmen" ha sido remodelado para atender mejor a toda su clientela, al igual que su tienda con lácteos, dulces, panadería, tamales y demás delicias con toque hondureño. El restaurante "Delicias Del Carmen" también ofrece una variedad de comida buffet con el toque hondureño y los mejores cortes de cerdo de **PROGCARNE**.

Este negocio familiar, es una fuerte fuente de trabajo en la zona, cumpliendo otro de los anhelos de doña Carmen. Así que, si eres amante de los chicharrones, ya sabes dónde parar en Comayagua.

Para más información búscalos en FB como [deliciasdelcarmenhn](#).



## CHOLUTECA

### Chuletas El Carreto

"Chuletas El Carreto" comienza con el sueño de unos pequeños emprendedores; como un negocio familiar ante la falta de empleo que actualmente se vive en nuestro país Honduras. El negocio inició como un pequeño puesto en la calle, ubicado en la Shell El Carreto en diciembre de 2010. Así con todas las ganas y la visión de querer salir adelante y es lo que llevó al pequeño negocio a ofrecer platillos económicos de calidad. Como el plato especial de "Chuletas El Carreto", la deliciosa chuleta de cerdo con tajadas de banana verde y el aderezo de la casa, o las famosas costillitas de cerdo agridulces.

Gracias a la aceptación de la población sureña hoy en día "Chuletas El Carreto", ha logrado posicionarse en tres establecimientos ubicados en Barrio La Libertad, Barrio El Estadio y Boulevard Enrique Weddle. Además, han ampliado su menú para satisfacer a sus visitantes. Así es como "Chuletas El Carreto" le espera con su variedad de platillos con el sabor único de cerdo de **PROGCARNE**, y retribuir todo el apoyo de sus usuarios ofreciendo empleos directos a la comunidad de la Sultana del Sur.

**Síguelos en Facebook como Chuletas El Carreto.**



## SAN PEDRO SULA

### Tradiciones Est. 2011

El "Restaurante Tradiciones" cuenta con 12 años de estar en el mercado hondureño. El lugar nace con el objetivo de ofrecer diferentes platillos de la gastronomía hondureña, incluyendo muchas comidas insignia de nuestra Honduras. El restaurante ubicado en la ciudad de San Pedro Sula, cuenta con un excelente y muy variado menú, para satisfacer todo tipo de gustos. El "Restaurante Tradiciones" ofrece una variedad de cortes de res y mariscos para parrilladas, cerdo, lechón, costillas de cerdo y pollo, todos platillos artesanales. El restaurante utiliza los mejores ingredientes para obtener el mejor sabor que les caracteriza, así como **PROGCARNE** es su proveedor de carne de cerdo.

El secreto de la cocina artesanal del "Restaurante Tradiciones", es que algunos de sus platillos son elaborados en horno de barro con leña, dándole un sabor sin igual y nostálgico. Su especialidad de delicias hechas al horno, incluye la pierna de cerdo, las costillas de cerdo y el lechón completo, todos con el toque sin igual del horno de barro. "Restaurante Tradiciones" es ideal para comer con amigos o familia, o inclusive para llevar.

**Conócelos en FB como RestauranteTradicionesHN.**





## SANTA ROSA DE COPÁN

### Lenca Maya

Al visitar Santa Rosa de Copán hay una parada obligatoria, el "Restaurante Lenca Maya". Este acogedor lugar de esencia hondureña, recién acaba de celebrar su 15 aniversario. Con una reconocida trayectoria de ofrecer deliciosos platillos típicos de la Sultana del occidente, que resalta la chanchita horneada, ticucos, sopa de gallina india, asados y muchos más.

El "Restaurante Lenca Maya" abrió sus puertas al público en el año 2008, bajo el liderazgo de su gerente y propietaria Carmen García Su, que inspirada en el sueño de su madre Argentina Su de tener un restaurante, lo llevo a la realidad. Su cocina rinde homenaje a su nombre, ya que gran parte del menú es inspirado en la cocina de las etnias Lenca y Maya. Los asados al carbón de carnes de res y cerdo son unas succulentas parrilladas ideales para compartir. Además de servir uno de los platillos más tradicionales de Santa Rosa de Copán, su chanchita horneada, entre otros platillos con las delicias del cerdo de **PROGCARNE**. "Restaurante Lenca Maya" les espera, lo pueden seguir en **FB como restaurante.lencamaya**.



## TELA

### Tío Dolmo

La cadena de ocho restaurantes "Tío Dolmo" nace gracias al interés de la familia Flores Cáceres por cautivar el paladar de los hondureños en la zona norte. La inspiración para crear "Tío Dolmo", surgió de la preparación de una gama de productos típicos, iniciando con sus llamados 5 estrellas: Montucas, tamales, tamalitos, rosquillas y tustacas.

El secreto de sus recetas se encuentra en la nostalgia que proviene de un verdadero corazón catracho con su servicio buffet, asados y platillos típicos. "Tío Dolmo" cuenta con una trayectoria de 25 años de experiencia, y cautivan a los hondureños con la esencia de los sabores tradicionales, con el toque de calidad y excelencia en apoyo de sus socios estratégicos y proveedores como **PROGCARNE**. Los puedes visitar en Tela, La Ceiba, San Pedro Sula y La Lima. **Para más información los encuentras en Facebook como tiodolmo.**



**PROGCARNE**  
¡Nuestro cerdo *Sí* es bueno!™





Lo Mejor  
para tus  
*Reuniones*



Adquiérello en los principales  
supermercados o a  
través de nuestro sitio de  
compras en línea:

 **PROGCARNE**  
delivery  
[delivery.progcarne.com](http://delivery.progcarne.com)

 2580-1525  
SERVICIO AL CLIENTE  
 [progcarne.com](http://progcarne.com)

Progcarne  




Para iniciar el día

# Desayunos con un buen CHORIZO

4 OPCIONES PARA PREPARAR UNA COMIDA ABUNDANTE EN CACEROLAS, CON LA VARIEDAD DE CHORIZOS DE PROG CARNE, GUANGOLOLA Y LA JULIA.

## Taco panqueques con Salchicha de Desayuno

TIEMPO: 35 minutos

PORCIONES: 4

### INGREDIENTES

- 1 ½ tazas de harina de trigo
- 3 cucharaditas de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 1 huevo
- 1 ¼ taza de leche
- 3 cucharadas de mantequilla amarilla derretida
- 1 paquete de **Salchicha de Desayuno de PROGCARNE**
- Aceite vegetal lo necesario

### PREPARACIÓN

1. En una licuadora colocar todos los ingredientes a excepción de la salchicha y el aceite, mezclar bien.
2. En una sartén antiadherente colocar la mezcla para panqueques, dorar ambos lados y reservar.
3. En la misma sartén colocar un poco de aceite y dorar las salchichas.
4. Enrollar cada salchicha dentro de un panqueque, asegurar con un palillo de dientes y servir con miel.



### Salchicha de Desayuno •

Una salchicha a base de pierna de cerdo, es la mejor opción en chorizos, si lo que buscas es uno que sea bajo en grasa.





## Cacerola de huevos con Chorizo Ahumado

TIEMPO: 25 minutos

PORCIONES: 4

### INGREDIENTES

- 4 Chorizos Ahumados de PROGCARNE
- Aceite de oliva
- 6 huevos
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cebollín picado
- Eneldo picado al gusto

### PREPARACIÓN

1. En una sartén con aceite saltear el chorizo ahumado previamente cortado en rodajas, reservar.
2. En un tazón apto para el horno cascar los huevos, agregar el chorizo, sal, pimienta, cebollín y eneldo picado.
3. Llevar al horno a 350°F de 8 a 10 minutos. Retirar y servir.



### • Chorizo Ahumado

El Chorizo Ahumado es elaborado con la mejor selección de carnes. Es un chorizo precocido, con una textura exquisita y una explosión de aromas.

## Hash de muffin inglés con Longaniza

TIEMPO: 1 hora  
PORCIONES: 4

### INGREDIENTES

- Aceite vegetal lo necesario
- 4 Chorizos tipo Longaniza de **EMBUTIDOS LA JULIA** en rodajas
- 4 muffin inglés partidos en trozos medianos
- 4 huevos
- ½ taza de leche
- Sal y pimienta al gusto
- ½ taza de mantequilla amarilla derretida
- ½ taza de cilantro picado

### PREPARACIÓN

1. En una sartén con aceite caliente, saltear las rodajas de longaniza por ambos lados.
2. En un molde apto para horno colocar los trozos de muffin inglés.
3. En un tazón colocar los huevos, leche, sal y pimienta, mantequilla y cilantro picado, batir bien hasta integrar bien los ingredientes.
4. Colocar la longaniza sobre los muffins y verter la mezcla de huevo.
5. Llevar al horno a 350°F, dejar cocinando durante 25 minutos o hasta dorarse, retirar y servir.



### Longaniza

Chorizo tipo Longaniza con el sabor típico e intenso picante, ideal para acompañar desayunos y hacer parrilladas el fin de semana.







## Estofado de frijoles con Chorizo Extremeño

**TIEMPO:** 50 minutos

**PORCIONES:** 4

### INGREDIENTES

- ¼ taza de aceite vegetal
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 1 cebolla blanca pequeña finamente picada
- 1 chile dulce verde picado
- ½ taza de cilantro picado
- 1 paquete de **Chorizo Extremeño de GUANGOLOLA**
- 4 tazas de frijoles pintos cocidos
- 4 tazas de frijoles rojos cocidos (con su caldo)
- 2 tomates licuados
- 1 cucharada de pasta de tomate

- 2 cucharaditas de cominos molidos
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharadita de pimienta cayena

### PREPARACIÓN

- 1.** En una olla a fuego medio colocar el aceite, agregar el ajo, cebolla, chile verde y cilantro, saltear durante 3 minutos.
- 2.** Agregar el chorizo extremeño finamente picado y saltear durante un par de minutos más.
- 3.** Agregar los frijoles, tomates licuados, salsa de tomate y condimentos, mezclar bien y dejar cocinando a fuego bajo durante 25 minutos. Servir.

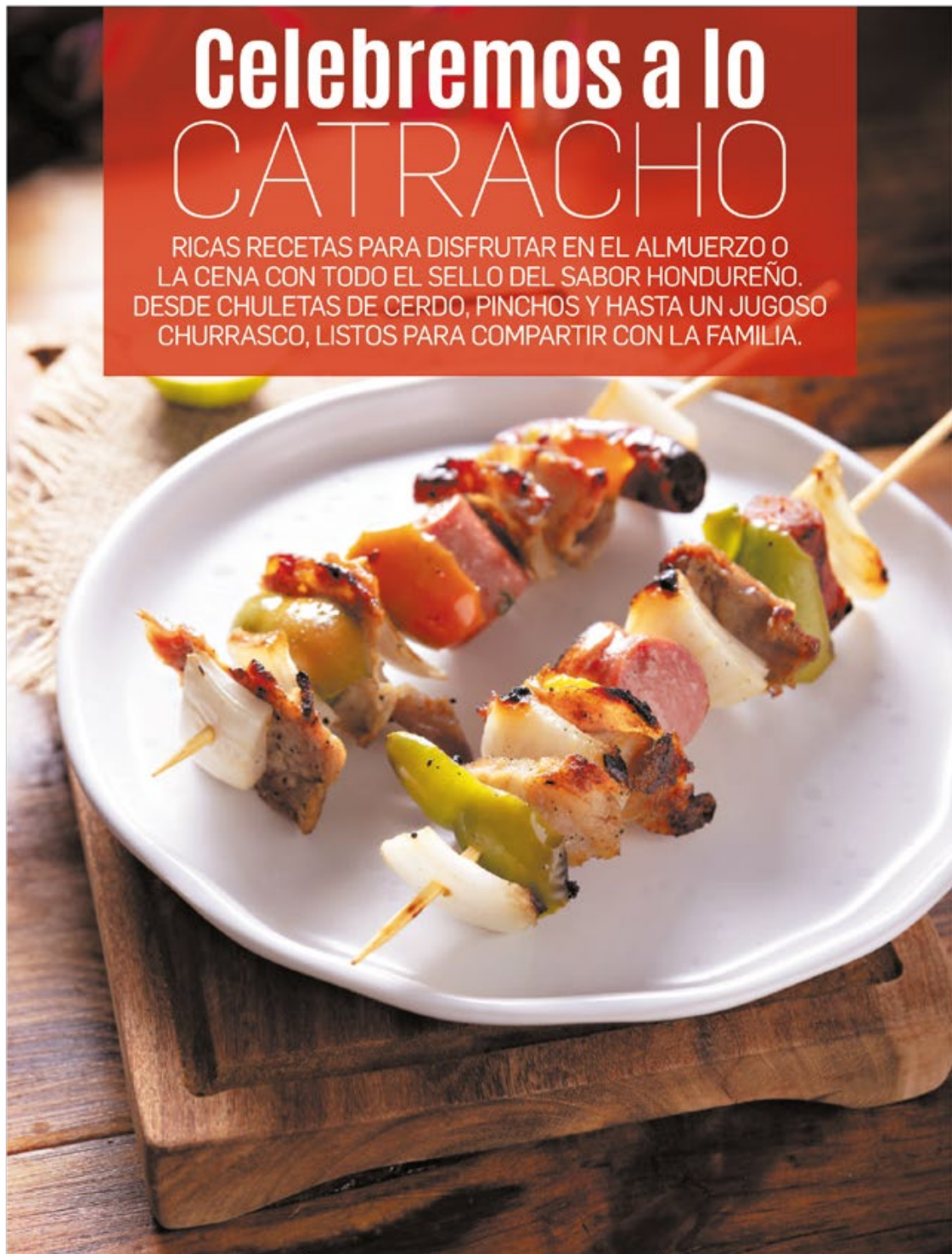


### Chorizo Extremeño

Sabroso Extremeño con el sabor catracho. Con esa deliciosa sazón picantita suave, que es ideal para preparar baleadas y acompañar los desayunos.

# Celebremos a lo CATRACHO

RICAS RECETAS PARA DISFRUTAR EN EL ALMUERZO O LA CENA CON TODO EL SELLO DEL SABOR HONDUREÑO. DESDE CHULETAS DE CERDO, PINCHOS Y HASTA UN JUGOSO CHURRASCO, LISTOS PARA COMPARTIR CON LA FAMILIA.



1

## PINCHOS A LA PLANCHA CON SABOR CRIOLLO

Los pinchos son un platillo que no puede faltar en nuestros asados. Son parte de la sazón criolla, ya sean mixtos de carne y chorizo, o solo chorizo y vegetales. La combinación de sabores con esta opción de **Chorizo Cervecero** y la **Salchicha Alemana tipo Bratwurst** te encantará.



Chorizo Cervecero de **PROGCARNE**



Salchicha Alemana tipo Bratwurst  
de **PROGCARNE**



Chile dulce verde



Cebolla blanca



## Pinchos de Chorizo Cervecero, Salchicha tipo Bratwurst y vegetales

**TIEMPO:** 25 minutos

**PORCIONES:** 4

### INGREDIENTES

- 2 Salchichas Alemanas tipo Bratwurst de **PROGCARNE**
- 3 Chorizos Cerveceros de **PROGCARNE**
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharada de mostaza
- Cebolla blanca en trozos la necesaria
- Chile dulce verde en trozos lo necesario
- Aceite vegetal lo necesario

### PREPARACIÓN

1. Cortar la salchicha en rodajas y el chorizo en trozos medianos, salpimentar al gusto y colocar un poco de mostaza, a las salchichas, mezclar bien y reservar.
2. Armar los pinchos intercalando cebolla, salchicha, chile verde y chorizo, pincelar con un poco de aceite vegetal.
3. Cocinar los pinchos en el asador o en una plancha, verificar cocción de las salchichas y chorizos, retirar y servir.

## 2

CARNE DE RES  
A LA PLANCHA

El churrasco es uno de los platillos de cortes de carne más apetecidos en la cocina hondureña. Tanto por su suavidad y textura inigualable, como su facilidad al prepararlo, el **Churrasco de Res** también conocido como Top Sirloin, es un corte de carne de origen español que permanece con fuerza entre los favoritos de los latinoamericanos, y sobre todo los hondureños.

Churrasco de Res de **TOP BEEF**

Sal y pimienta negra



Cilantro fino



Aceite de oliva



## Asado de Churrasco de Res con chismol

**TIEMPO:** 30 minutos  
**PORCIONES:** 4

**INGREDIENTES**

- 2 tomates
- ½ cebolla blanca
- ½ pepino
- ½ chile dulce verde
- Jugo de 1 limón
- Sal y pimienta al gusto
- 1 pizca de comino en polvo
- 4 piezas de **Churrasco de Res de TOP BEEF**
- Aceite de oliva lo necesario

**PREPARACIÓN**

- 1.** En un tazón colocar el tomate, cebolla, pepino y chile verde todo previamente picado, aderezar con limón, sal, pimienta y comino.
- 2.** Salpimentar las piezas de carne, agregar un poco de aceite y cocinar sobre el asador hasta alcanzar el término deseado, retirar y dejar reposar 5 minutos antes de servir.
- 3.** Servir la carne acompañada con el chismol.

## 3

CHULETA AL ESTILO  
COSTEÑO

Las **Chuletas de Cerdo** son un corte esencial dentro de la cocina hondureña. Hay distintas formas de prepararlas dependiendo de la zona del país. En esta ocasión nos vamos a la costa, para marinar las chuletas con naranja agria y acompañarlas de tajadas de banano verde fritas y crujientes.

Chuletas frescas de **PROGCARNE**

Bananos verdes



Repollo



Naranja agria

Chuletas de Cerdo  
con tajadas de  
banano fritas**TIEMPO:** 1 hora**PORCIONES:** 4**INGREDIENTES**

- 4 chuletas frescas de **PROGCARNE**
- 2 dientes de ajo en pasta
- 1 naranja agria, su jugo
- 1 cucharadita de comino
- Sal y pimienta al gusto
- 8 bananos verdes en rodajas largas
- ½ cabeza de repollo
- Jugo de limón al gusto

**PREPARACIÓN**

1. En un tazón colocar las chuletas, agregar el ajo, naranja agria, comino, sal y pimienta, dejar marinando durante al menos 30 minutos.
2. En una sartén con abundante aceite vegetal, freír las tajadas de banano hasta que estén tostadas, retirar y reservar.
3. En otra sartén con aceite vegetal caliente, freír las chuletas durante 4 a 6 minutos por lado.
4. Rallar el repollo, salpimentar al gusto y aliñar con jugo de limón.
5. Servir la chuleta con las tajadas y acompañar con el repollo, chismol, salsa barbacoa y salsa blanca al gusto.

## 4

FRITURAS CON SELLO  
AUTÓCTONO

Las frituras del cerdo varían en la cocina hondureña. Tenemos desde el chicharrón con panceta tradicional hasta los chicharrones de carne, preparados con naranja agria y como fritura. Aquí te presentamos unos **Chicharrones de Cerdo** fritos para servir también con una yuca frita, y ensalada de repollo.

Chicharrón de Cerdo de **PROCARNE**

Aceite vegetal



Yuca



Jugo de limón



## Yuca con Chicharrón de Cerdo frito

**TIEMPO:** 2 horas**PORCIONES:** 4**INGREDIENTES**

- 1 repollo rallado
- 1 zanahoria rallada
- ½ taza de cilantro picado
- Jugo de 1 limón
- Sal y pimienta al gusto
- 2 bandejas de **Chicharrón de Cerdo de PROCARNE**
- 3 dientes de ajo en pasta
- 2 cucharaditas de comino en polvo
- 1 naranja agria, su jugo
- Aceite vegetal lo necesario
- 2 libras de yuca en trozos y cocida

**PREPARACIÓN**

**1.** En un tazón colocar el repollo y lavar con agua hirviendo, colar y

agregar la zanahoria, cilantro, jugo de limón, sal y pimienta. Mezclar y dejar en la refrigeradora.

**2.** Cortar los chicharrones en trozos medianos, colocar en un tazón y condimentar con ajo, naranja agria, comino, sal y pimienta. Dejar marinando durante al menos una hora.

**3.** En una olla para freír colocar la manteca o aceite, agregar el chicharrón y cocinar moviendo constantemente, retirar cuando esté bien cocido.

**4.** Freír la yuca hasta que esté bien dorada.

**5.** Sobre una cama de yuca colocar el chicharrón y terminar con el repollo, servir.

# LA EXQUISITEZ DEL CERDO A TU MESA

DISFRUTA DE ESTAS 9 RECETAS QUE TRAEN EL SABOR TRADICIONAL DE LA NOCHEBUENA CON NUEVOS CORTES DEL CERDO.

**PROGCARNE** trae una nueva selección de cortes con todo el sabor del cerdo, para preparar en familia o entre amigos. Son 9 recetas perfectas para preparar para el "cuchumbo", el "amigo secreto" o una reunión como antesala a la Navidad. Son recetas con salsas, adobos y glaseados, para preparar en cacerolas y al horno.



**PARA SABER**  
LOMITO NAVIDEÑO  
DE CERDO DE PROGCARNE  
Es un corte magro y muy  
versátil para agregar  
salsas.

## Lomito Navideño con corteza de hierbas frescas y salsa de mora

**TIEMPO:** 2 horas **PORCIONES:** 10  
Por **Chef Carlos Espinal**

### INGREDIENTES PARA EL ADOBO

- 1 Lomito Navideño de Cerdo de PROGCARNE
- 1 cucharada de achiote
- 1 cucharada de cebolla en polvo
- 1 cucharada de ajo en polvo
- 1 cucharada de tomillo fresco
- ½ mazo de perejil fresco
- ¼ taza de menta finamente picada
- 1 taza de miga de pan
- ½ taza de queso parmesano
- ½ taza de aceite de oliva
- Sal y pimienta al gusto

### PARA LA SALSAS

- 1½ barra de mantequilla amarilla
- ½ taza de harina todo uso
- 2 dientes de ajo
- ½ cebolla finamente picada
- 1 taza de moras frescas
- 1 taza de vino tinto
- ½ taza de miel
- 3 ramas de tomillo

### PREPARACIÓN

1. Precalentar horno a 320°F. Retirar del paquete el lomito de cerdo, secar muy bien con papel.
2. Para el adobo, en un recipiente mezclar todos los ingredientes, cubrir el lomo presionando muy bien todo el adobo.
3. Colocar en una bandeja para horno y llevar al horno por 1 hora y 30 minutos. Retirar y dejar reposar.
4. Para la salsa, colocar todos los ingredientes en una licuadora, licuar todo muy bien, luego colar la mezcla.
5. En una olla profunda colocar a fuego medio por 10 minutos hasta reducir o que esté espesa la mezcla, retirar y reservar.
6. Cortar en lascas el lomito y verter la salsa encima, servir con el resto de la salsa como acompañante.



## Manos a la cacerola



Escanea el código QR para ver el video de la receta



*Este Lomito Navideño tiene la combinación perfecta de crocantes y cremosidad con la salsa.*



## Filete de Cerdo con salsa de piña

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 4  
Por Chef Carlos Espinal

### INGREDIENTES PARA EL ADOBO

- 1 paquete de Filete de Cerdo de PROCARNE
- 1 cucharadita de sal de ajo
- 1 cucharada de orégano seco
- 1 cucharada de cúrcuma en polvo
- Sal y pimienta al gusto

### PARA LA SALSA

- ½ piña
- 1 taza de jugo de naranja
- 1 cucharada de jengibre rallado
- 1 diente de ajo
- 2 cucharadas de fécula de maíz
- Sal y pimienta al gusto

### PREPARACIÓN

1. Para el adobo, mezclar todos los ingredientes en un tazón y adobar los filetes de cerdo.
2. Precalentar una sartén a fuego fuerte y sellar por ambos lados los filetes hasta estar dorados.

3. Precalentar el horno a 350°F, colocar los filetes ya sellados en un molde para horno y hornear por 40 minutos cubiertos con papel aluminio. Retirar y dejar reposar por 10 minutos.

4. Para la salsa, colocar todos los ingredientes en la licuadora, licuar todo muy bien, colocar en una olla profunda a fuego medio por 8 minutos o hasta espesar, retirar y reservar.

5. Cortar los filetes en lascas y verter sobre ellos la salsa, servir con el resto de la salsa como acompañante y rodajas de piña selladas.



FILETE DE CERDO  
PROCARNE

Escanea el código QR para ver el video de la receta





JAMÓN ESPIRAL  
PROGCARNE

Escanea el  
código QR para  
ver el video  
de la receta



## Jamón Espiral al maple y azúcar morena

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 10

Por Chef Carlos Espinal

### INGREDIENTES

• 1 Jamón Espiral de PROGCARNE

- 1 cucharadita de achiote
- ½ taza de pimienta rosada

### PARA EL GLASEADO

- ½ taza de sirope de maple
- 3 dientes de ajo
- ¼ taza de vinagre de manzana
- 1 cucharada de azúcar morena

### PREPARACIÓN

**1.** Remover del empaque el jamón en espiral, secar muy bien con papel, adobar con el achiote y la pimienta rosada. Opcional para marinado, colocar en una bolsa o envolver en papel film, refrigerar

por 24 horas.

**2.** Precalentar el horno a 350°F, colocar en una bandeja el jamón y llevar al horno por 1 hora con 30 minutos.

**3.** Para el glaseado, mezclar todos los ingredientes en un recipiente y reservar.

**4.** Subir temperatura del horno a 450°F, brochar el jamón con la mezcla del glaseado cada 5 minutos o hasta lograr una capa gruesa y caramelizada en el jamón espiral. Retirar y servir.

# Pierna de Cerdo sin hueso con glaseado de miel y ron

**TIEMPO:** 6 horas **PORCIONES:** 8

Por **Chef Carlos Espinal**

### INGREDIENTES

- 1 Pierna de Cerdo sin hueso en malla de **PROGCARNE**
- 1 cucharada de paprika
- 1 cucharadita de achiote
- 1 cucharadita de romero (sus hojas)

Sal y pimienta al gusto

### PARA EL GLASEADO

- 1 taza de miel
- 2 dientes de ajo
- ½ cucharada de ron añejo
- 1 cucharada de fécula de maíz
- 1 limón, su ralladura
- 1 cucharada de romero, sus hojas finamente picadas
- ½ cucharadita de canela en polvo

### PREPARACIÓN

**1.** Remover la pierna de cerdo sin hueso del paquete, secar muy bien y adobar con la mezcla de todos los ingredientes secos

cubriendo bien sin romper la malla.

**2.** Precalentar horno a 325°F, colocar la pierna en un molde para horno, y cocinar por 4 horas.

**3.** Para el glaseado, mezclar todos los ingredientes en la licuadora, licuar todo muy bien, colocar en una olla profunda a fuego medio por 10 minutos hasta espesar, retirar del fuego y reservar.

**4.** Subir la temperatura del horno a 420°F, brochar con la salsa la pierna cada 5 minutos hasta obtener una capa caramelizada.

**5.** Retirar del horno y dejar reposar por 10 minutos antes de cortar, acompañar con el restante de la salsa.



**PIERNA DE CERDO  
SIN HUESO EN MALLA  
PROGCARNE**

Escanea el  
código QR para  
ver el video  
de la receta





**TOP  
BEEF**

**CORTES**  
**PREMIUM DE RES**



Adquiérello en los principales  
supermercados o a  
través de nuestro sitio de  
compras en línea:

 **PROG**CARNE  
delivery  
delivery.progcarne.com

 **2580-1525**  
SERVICIO AL CLIENTE

 progcarne.com  
 Top Beef

# Baby back ribs glaseadas de naranja y café

**TIEMPO:** 4 horas **PORCIONES:** 4

Por **Chef Carlos Espinal**

### INGREDIENTES

- 1 Costillar Baby back ribs de Cerdo de PROGCARNE

### PARA EL ADOBO

- 1 cucharadita de paprika
- ½ mazo de cilantro finamente picado
- Sal y pimienta al gusto

### PARA LA SALSA

- 1 taza de jugo de naranja
- ½ taza de café al gusto
- ¼ taza de vinagre de manzana
- 2 cucharadas de fécula de maíz
- Sal y pimienta al gusto

### PREPARACIÓN

**1.** Precalentar el horno a 325°F. Retirar del paquete la costilla de cerdo y secar muy bien. Remover la membrana pegada al hueso con la ayuda de papel toalla.

**2.** Para el adobo, cubrir la costilla con la paprika, cilantro y salpimentar, envolver en papel aluminio, colocar en una bandeja para horno y cocinar por 2 horas.

**3.** Para la salsa, colocar todos los ingredientes en una licuadora y licuar todo muy bien, verter en una olla profunda y llevar a fuego medio por 10 minutos o hasta reducir, salpimentar al gusto y reservar.

**4.** Remover la costilla del horno, retirar el envoltorio. Subir temperatura del horno a 450°F, colocar de nuevo las costillas al horno y brochar con la salsa cada 5 minutos por ambos lados dejando siempre los huesos hacia abajo, repetir el proceso 4 veces o hasta tener una capa gruesa y caramelizada de la salsa.

**5.** Retirar del horno, dejar reposar por 10 minutos antes de servir, acompañar con la salsa restante y cilantro.



Escanea el código QR para ver el video de la receta



**BABY BACK RIBS**  
DE CERDO PROGCARNE



LOMO DE CERDO  
FRESCO PROGARNE



## Enrollados de Lomo de Cerdo con vegetales

TIEMPO: 1 hora PORCIONES: 4

Por Chef Laura Morales

### INGREDIENTES

- 1 Lomo de Cerdo fresco de PROGARNE
- Sal y pimienta recién molida al gusto
- 3 cucharadas de salsa inglesa
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 2 cucharaditas de hierbas mixtas

- 1 chile dulce verde
- Aceite de oliva lo necesario
- ½ cerveza clara
- 1 taza de caldo de res o vegetales
- 1 bandeja de hongos enteros
- 2 dientes de ajo picados
- 1 cucharada de mantequilla amarilla
- 1 cebollín picado

### PREPARACIÓN

**1.** En un tazón colocar las piezas de lomo de cerdo y salpimentar, agregar salsa inglesa, ajo en polvo y hierbas mixtas, dejar marinando durante 20 minutos.

**2.** Rostizar el chile entero, cuando esté totalmente negro retirar la piel bajo el chorro de agua, salpimentar y reservar.

**3.** Sobre cada pieza de lomo colocar lascas de chile rostizado, enrollar y asegurar con un palillo de dientes.

**4.** En una sartén con aceite de oliva sellar los enrollados de lomo por cada lado, agregar la cerveza clara y un poco de caldo de vegetales, tapar y dejar cocinando a fuego bajo y moviendo un par de veces hasta que el líquido se reduzca, retirar y reservar.

**5.** En la misma sartén agregar un poco de aceite, saltar el ajo con los hongos, salpimentar y agregar el resto del caldo y la mantequilla, cocinar por 6 minutos.

**6.** Servir los enrollados acompañados de los hongos y decorar con cebollín picado.



**COSTILLA PREMIUM  
DE CERDO PROCARNE**



## Costillas de Cerdo en salsa de manzana

**TIEMPO:** 2 horas **PORCIONES:** 4

Por Chef Laura Morales

### INGREDIENTES

- 2 bandejas de **Costillas Premium de Cerdo de PROCARNE**
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cucharadas de mostaza
- ½ cucharada de paprika
- 1 cucharadita de sal de ajo
- 1 cucharada de azúcar morena
- 2 manzanas
- 1 hoja de laurel
- 1 ramita de romero

- 4 cucharadas de miel

### PREPARACIÓN

- 1.** En un tazón colocar las costillas, agregar sal y pimienta, mostaza, paprika, sal de ajo y azúcar morena, mezclar hasta que las costillas estén bien cubiertas por todos sus lados, reservar.
- 2.** Colocar las costillas en una placa para horno previamente engrasada, tapar y cocinar durante 20 minutos.

**3.** Para la salsa de manzana, pelar las manzanas y partir en trozos medianos, cocinar en abundante agua con una pizca de sal, una hoja de laurel y el romero.

**4.** Cuando las manzanas estén suaves licuar junto con la miel y 1 taza y media de agua, colar y llevar al fuego hasta que rompa hervor.

**5.** Voltear las costillas, pincelar con la salsa de manzana, tapar y dejar cocinando 20 minutos más.

**6.** Destapar las costillas, agregar más salsa de manzana y dejar cocinando hasta que estén bien doradas, verificar cocción y agregar un poco más de salsa al momento de servir.



## Carne de Res Mano de Piedra en salsa de hongos

TIEMPO: 1 hora y 30 mins PORCIONES: 4

Por Chef Laura Morales

### INGREDIENTES

- 1 bandeja de **Carne de Res Mano de Piedra de TOP BEEF**
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite vegetal al gusto
- 1 ramita de tomillo
- ½ cebolla en trozos
- 1 chile morrón rojo en trozos
- 1 rama de apio
- Agua la necesaria
- 4 cucharadas de mantequilla amarilla

- 1 bandeja de hongos
- 2 dientes de ajo finamente picados
- ½ taza de vino tinto
- 2 cucharadas de fécula de maíz disuelta en agua

### PREPARACIÓN

**1.** Salpimentar los medallones de mano de piedra y sellar en una olla con aceite vegetal a fuego medio, se deben dorar por ambos lados.

**2.** Agregar el tomillo, cebolla, chile morrón y apio picado, revolver y tapar durante un par de minutos.

**3.** Agregar aproximadamente 1 litro de agua y dejar cocinando de 40 a 45 minutos a fuego medio.

**4.** Retirar la carne y reservar el caldo previamente colado.

**5.** Para la salsa, en una sartén con mantequilla amarilla saltear los hongos y el ajo picado, agregar el vino tinto y el caldo de la carne, condimentar con sal, pimienta y hojitas de tomillo.

**6.** Agregar la fécula de maíz disuelta y dejar espesar, agregar los medallones de carne y dejar a fuego medio unos minutos más, rectificar sazón y servir.



## Tabla de Churrasco a la pimienta con chutney de tomate

TIEMPO: 1 hora y 30 mins

PORCIONES: 4

Por Chef Laura Morales



### INGREDIENTES

- 4 Churrascos de Res de TOP BEEF
- 4 cucharaditas de pimienta recién molida
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- ½ cebolla blanca
- 10 tomates maduros
- 2 dientes de ajo
- 1 trocito de jengibre picado
- 6 cucharadas de azúcar morena
- Sal al gusto
- 4 tazas de coles de Bruselas partidas a la mitad
- Queso parmesano rallado al gusto

### PREPARACIÓN

1. En un tazón colocar los churrascos, agregar la pimienta recién molida y el

aceite de oliva, mezclar bien y dejar marinando durante 1 hora.

2. Para el chutney, en una olla colocar la cebolla y los tomates finamente picados, agregar ajo picado, jengibre y azúcar morena, cocinar a fuego bajo por 40 minutos removiendo constantemente. Retirar y reservar.

3. Agregar sal a la carne y cocinar a la plancha al término deseado, dejar reposar 5 minutos y filetear.

4. En una sartén con un poco de aceite de oliva saltear las coles de Bruselas y salpimentar al gusto.

5. Servir la carne acompañada del chutney, las coles de Bruselas con el queso parmesano.




CHURRASCO DE RES  
TOP BEEF

# Embutidos **Guangolola**®

El Mejor  
Complemento para tus  
Comidas



Adquiérello en los principales  
supermercados o a  
través de nuestro sitio de  
compras en línea:  **PROGCARNE**  
delivery  
delivery.progcarne.com

 2580-1525  
SERVICIO AL CUENTE

 progcarne.com  
 Embutidos  
Guangolola



POR CHEF  
LAURA  
MORALES

# 19 Ideas para RELLENAR EL CERDO

ES LA TEMPORADA PERFECTA PARA CREAR NUEVOS SABORES CON LA ESTRELLA DE LAS REUNIONES Y CENAS DECEMBRINAS, EL CERDO. TE INVITAMOS A DISFRUTARLO CON UNA VARIEDAD DE RELLENOS.

## Jamón Espiral relleno de queso, frutos secos y romero

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 8

### INGREDIENTES

- 3 tazas de queso crema
- 2 tazas de frutos secos picados
- 3 ramitas de romero picado (sus hojas)
- 1 **Jamón Espiral de PROGCARNE**
- 2 tazas de sidra de manzana
- 3 clavos de olor
- 1 ramita de canela
- 6 cucharadas de azúcar

### PREPARACIÓN

1. En un tazón mezclar el queso crema con los frutos secos y el romero picado.
2. Colocar un poco del relleno entre cada lasca de jamón y amarrar a lo largo y ancho con un cordel de cocina, debe estar bien apretado.
3. En una olla pequeña a fuego medio, colocar la sidra de manzana, clavo de olor, canela y azúcar, dejar cocinar hasta que rompa hervor y retirar.
4. Colocar el jamón en una placa para horno y barnizar con la mezcla de sidra.
5. Hornear durante unas 2 horas a 300°F, barnizar con la sidra cada 20 minutos. Dejar reposar durante 10 minutos antes de servir.



*El jamón viene finamente cortado en rodajas y ahumado. Es un jamón de pierna de cerdo ideal para disfrutar en una cena navideña.*





## Lomito Navideño glaseado con relleno de durazno y frutos secos

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 6

### INGREDIENTES

- 1 Lomito Navideño de PROGCARNE
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite de oliva lo necesario
- 4 cucharadas de ajo en pasta
- 6 duraznos finamente picados
- ½ cebolla finamente picada
- 1 taza de vino blanco
- 4 cucharadas de miel
- 2 tazas de frutos secos picados
- 2 tazas de jugo de naranja
- 1 ramita de romero
- ½ taza de azúcar

### PREPARACIÓN

1. Abrir el lomo de cerdo en forma de libro, salpimentar al gusto y untar por ambos lados con aceite de oliva y ajo en pasta, reservar.
2. En una sartén a fuego medio con aceite de oliva, saltear los duraznos y la cebolla, agregar el vino blanco y la miel, cocinar 5 minutos. Agregar los frutos secos, mezclar bien y reservar.
3. Rellenar el lomito con los duraznos, enrollar y asegurar con un cordel de cocina, colocar en un molde para horno.
4. En una olla a fuego medio colocar el jugo de naranja, romero y azúcar,



*Exquisito lomo de cerdo magro y ahumado con la mejor selección de maderas nobles.*

mezclar bien y cocinar hasta que rompa hervor.

5. Pincelar el lomo con el glaseado de naranja y hornear a 330°F durante 1 hora y 30 minutos, pincelar con el glaseado cada 20 minutos. Retirar del horno y dejar reposar 10 minutos antes de servir.



## Lomito Navideño relleno de hierbas y nueces cubierto de tocino

TIEMPO: 1 hora y 30 minutos PORCIONES: 6

### INGREDIENTES

- 1 Lomito Navideño de PROGCARNE
- Sal y pimienta al gusto
- 2 dientes de ajo en pasta
- 2 cucharadas de mostaza
- 2 paquetes de tocino en lascas
- 2 tazas de nueces procesadas
- 2 cucharadas de hierbas mixtas

### PREPARACIÓN

1. Abrir el lomito en forma de libro, salpimentar y untar por ambos lados con ajo en pasta y mostaza, reservar.
2. Partir un paquete de tocino en

trocitos y dorar en una sartén, agregar las tazas de nueces y 2 cucharadas de hierbas mixtas, mezclar bien.

3. Rellenar el lomito con la mezcla anterior, enrollar y encima colocar las lascas de tocino restantes, asegurar con un cordel de cocina y colocar en un molde para horno.

4. Tapar con papel aluminio y llevar al horno precalentado a 350°F, hornear durante 1 hora, destapar y hornear durante 30 minutos más o hasta que el tocino esté bien dorado, retirar y dejar reposar 10 minutos antes de servir.



*Prueba rellenar este lomito con una mezcla de espinaca, uvas moradas y nueces.*

# Filete de Cerdo relleno con puré de manzana y pera cubierto de tocino

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 8

## INGREDIENTES

- 1 Filete de Cerdo de PROGCARNE
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharada de mostaza
- 1 cucharada de ajo en pasta
- 2 manzanas
- 2 peras
- 3 cucharadas de mantequilla amarilla
- 15 lascas de tocino
- 1 taza de vino blanco
- 3 ramitas de romero
- 1 cabeza de ajo partido a la mitad

## PREPARACIÓN

1. Abrir el filete de cerdo en forma de libro, salpimentar al gusto y untar por ambos lados con mostaza y ajo en pasta.
2. En una sartén colocar las peras y las manzanas peladas y picadas, agregar 1 taza de agua y dejar cocinando hasta que estén blandas, agregar la mantequilla amarilla y con ayuda de un vaso aplastar hasta hacerlas puré.
3. Rellenar el filete con la mezcla anterior, enrollar y cubrir con el tocino y asegurar con un cordel de cocina.
4. Colocar sobre un recipiente hondo apto para horno, agregar vino blanco, ramitas de romero y ajo, tapar y cocinar por 1 hora a 350°F.
5. Destapar, bajar la temperatura a 300°F y cocinar durante 1 hora más, dejar reposar 10 minutos antes de servir.



*Un corte único de la parte del lomo del cerdo, también conocido como solomillo.*





## Lomo de Cerdo relleno de zanahoria

TIEMPO: 7 horas PORCIONES: 8

### INGREDIENTES

- 1 Lomo de Cerdo fresco de PROGCARNE
- 6 dientes de ajo en pasta
- 2 cucharadas de pimientas mixtas recién molidas
- Sal al gusto
- 2 cucharadas de romero seco
- 6 cucharadas de aceite de oliva
- 1 taza de jugo de naranja
- 2 zanahorias grandes partidas en bastones
- 4 tazas de agua
- 1 taza de azúcar
- 3 cucharadas de mantequilla amarilla

### PREPARACIÓN

1. Abrir el lomo de cerdo, en forma de libro, con un cuchillo con bastante filo.
2. Condimentar por ambos lados con ajo en pasta, pimientas, sal, romero y aceite de oliva; agregar el jugo de naranja y dejar marinando por 5 horas refrigerado.
3. En una olla colocar las zanahorias y cubrir con el agua, llevar a fuego alto durante 10 minutos, retirar y escurrir. Agregar el azúcar y la mantequilla amarilla y mezclar bien, cocinar por 8 minutos más.
4. Colocar el lomo de cerdo en un molde para horno, rellenar con las zanahorias caramelizadas, enrollar y asegurar con un cordel de cocina y tapar con papel aluminio.
5. Llevar al horno precalentado a 350°F,



*El lomo de cerdo se debe hidratar al hornearse baruzándolo para que sea jugoso.*

cocinar por 2 horas, destapar y colocar por encima un poco de mantequilla amarilla, dejar cocinando hasta dorar y dejar reposar 15 minutos antes de servir y cortar.



# Lomito Navideño relleno de espinacas y manzana

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 6

## INGREDIENTES

- 1 Lomito Navideño de PROGCARNE
- Sal y pimienta al gusto
- 4 dientes de ajo en pasta
- Aceite de oliva lo necesario
- 4 manzanas peladas y picadas
- 1 taza de espinaca picada
- 6 ramitas de tomillo (sus hojas)
- 5 cucharadas de queso crema al tiempo
- 1 paquete de tocino en lascas

## PREPARACIÓN

1. Abrir el lomito en forma de libro, salpimentar y untar la pasta de ajo por

ambos lados.

2. En una sartén con aceite de oliva saltar las manzanas finamente picadas con la espinaca y el tomillo, salpimentar al gusto y reservar.

3. Mezclar la manzana con el queso crema. Rellenar el lomo con la mezcla anterior, enrollar y cubrir con lascas de tocino, asegurar con un cordel de cocina, tapar y hornear a 350°F durante 1 hora.

4. Destapar y hornear durante 35 minutos más o hasta que el tocino esté dorado, dejar reposando durante 10 minutos antes de servir.



*El lomito es el corte ideal para una reunión navideña entre amigos.*



# Jamón Virginia con relleno de chorizo y ciruelas cubierto de tocino

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 8

## INGREDIENTES

- 1 Jamón Virginia de PROG CARNE
- 1 paquete de Chorizo Ahumado de PROG CARNE
- 3 tazas de ciruelas pasa sin semilla
- Aceite de oliva lo necesario
- 1 paquete de tocino en lascas

## PREPARACIÓN

1. Hacer un corte en la parte superior del jamón con un cuchillo, sacar un poco de la carne para formar un hueco.

2. Colocar las ciruelas picadas en un tazón con agua hirviendo, dejar reposando 5 minutos.

3. En una sartén con aceite de oliva saltear la carne del jamón, el chorizo picado y las ciruelas con el agua, cocinar a fuego bajo por 10 minutos.

4. Colocar el relleno dentro del jamón y cubrir con lascas de tocino.

5. Hornear tapado a 350°F durante 1 hora, destapar y bajar la temperatura a 300°F, hornear 1 hora más o hasta dorar.



*Jamón de cerdo procesado al estilo Virginia, extraído de la pierna de cerdo.*



# Lomo de Cerdo relleno con tomates, queso y hierbas

TIEMPO: 2 horas PORCIONES: 6

## INGREDIENTES

- 1 Lomo de Cerdo fresco de PROGCARNE
- Aceite de oliva lo necesario
- 4 dientes de ajo en pasta
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharada de paprika
- 1 cucharada de orégano en polvo
- 2 tazas de espinacas
- 15 tomates uva picados
- ½ cebolla morada picada
- 2 tazas de queso crema
- 1 cucharada de hierbas mixtas
- 2 tazas de harina
- 3 huevos batidos
- 2 tazas de panko o pan rallado
- Aceite vegetal lo necesario

## PREPARACIÓN

1. Partir el lomo a la mitad, abrir cada pedazo en forma de libro y condimentar con aceite de oliva, ajo, sal, pimienta, paprika y orégano, reservar.
2. En una sartén caliente con un poco de aceite de oliva saltear la espinaca con los tomates y cebolla, salpimentar y reservar.
3. Mezclar el queso crema con las hierbas mixtas.
4. Untar cada pieza de lomo con el queso y encima colocar la mezcla de espinaca, enrollar y asegurar con palillos de dientes, repetir el proceso con ambas piezas.
5. Pasar cada pieza por harina, luego por huevo y finalizar con panko, freír en abundante aceite hasta dorar.
6. Colocar en un molde para horno y hornear a 300°F por 25 minutos para terminar la cocción, servir sobre una cama de vegetales rostizados.



*El Lomo de Cerdo fresco es el corte ideal para rellenar y disfrutar de carne magra.*



## Pierna de Cerdo sin hueso rellena de papa y marinada en cerveza negra

TIEMPO: 12 horas PORCIONES: 8

### INGREDIENTES

- 1 cerveza negra
- 6 dientes de ajo
- 1 cucharada de paprika
- Sal y pimienta al gusto
- 4 cucharadas de salsa soya
- ½ taza de aceite de oliva
- 1 Pierna de Cerdo sin hueso en malla de PROG CARNE
- 6 papas
- 1 taza de mantequilla crema
- 4 cucharadas de mantequilla amarilla
- 1 taza de cilantro picado

### PREPARACIÓN

1. Licuar la cerveza con el ajo, paprika, sal y pimienta, salsa soya y aceite de oliva, bañar la pierna con esta mezcla y dejar marinando mínimo 6 horas.
2. Cocer las papas en abundante agua con sal a fuego medio, ya suaves machacar y agregar la mantequilla crema, mantequilla amarilla y cilantro, salpimentar al gusto y mezclar bien.
3. Abrir un extremo de la malla y hacer una abertura en el centro de la pierna con un cuchillo, con ayuda de una manga pastelera rellenar con el puré.
4. Colocar la pierna en un molde para horno, tapar con papel aluminio



*Retirar la malla hasta terminar el tiempo de cocción al horno.*

y cocinar a 320°F durante 5 horas, destapar, agregar un poco de cerveza negra, mantequilla amarilla y dejar cocinando durante 1 hora más o hasta dorar, dejar reposar 15 minutos antes de servir.



# Pork Belly relleno con nueces picadas

TIEMPO: 15 horas PORCIONES: 6

### INGREDIENTES

- 6 dientes de ajo
- ½ taza de jugo de naranja agria
- 1 cucharada de orégano en polvo
- 2 cucharaditas de pimienta
- 2 cucharaditas de paprika
- 2 cucharaditas de achiote
- Sal al gusto
- 1 **Pork Belly de PROGCARNE**
- 2 tazas de nueces
- 2 tazas de almendras
- 2 tazas de piñones
- 3 ramitas de romero fresco
- 3 ramitas de tomillo fresco
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 2 tazas de agua
- 2 cucharadas de bicarbonato de sodio

### PARA LA SALSA

- Aceite de oliva lo necesario
- ½ cebolla blanca
- 2 dientes de ajo
- 1 lata de melocotones en almíbar
- 1 taza de vino blanco

### PREPARACIÓN

1. En la licuadora colocar el ajo, naranja agria, orégano, pimienta, paprika y achiote, licuar hasta obtener una pasta.
2. Sazonar con sal la pieza de pork belly y adobar con la mezcla anterior, tapar y marinar de 12 a 24 horas, refrigerada.
3. En una sartén a fuego medio, colocar las nueces, almendras y piñones ya procesados, agregar el romero y el tomillo y saltear un par de minutos.
4. Colocar la mezcla anterior en un tazón junto con el aceite para formar una pasta.
5. Pasado el tiempo del marinado, retirar el pork belly y colocar en un molde para horno con la piel hacia abajo, colocar el relleno de nueces en toda la pieza, envolver y asegurar con cordel de cocina, dejar la pieza con la piel hacia arriba.
6. Llevar el pork belly al horno



*Otro relleno para este  
Pork Belly puede ser  
pasas, manzana roja y cebolla.*

precalentado a 350°F, mezclar el agua con el bicarbonato de sodio en un atomizador e ir rociando la pieza cada hora por 3 horas, colocar el horno en broil y dejar 10 minutos más.

7. Para la salsa, en una sartén con aceite saltear la cebolla, el ajo y melocotones por 5 minutos, agregar el vino blanco y cocinar un par de minutos más, procesar y llevar de nuevo a la sartén para hervir. Retirar y servir la salsa junto al pork belly.

# Pierna de Cerdo sin hueso rellena de jamón, peras y pasas

TIEMPO: 5 horas PORCIONES: 8

## INGREDIENTES

- 1 Pierna de Cerdo Navideña sin hueso de PROGCARNE
- 6 dientes de ajo en pasta
- 1 taza de vino blanco
- 1 taza de jugo de naranja agria
- 2 cucharadas de mostaza
- 1 cucharada de achiote
- 3 ramitas de romero picado
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite de oliva lo necesario
- ½ cebolla blanca finamente picada
- 1 paquete de **Jamón Cubano de GUANGOLOLA** en trozos
- 4 peras peladas y en trozos
- ½ taza de pasas

## PREPARACIÓN

- 1.** Abrir la pierna en forma de sábana y condimentar con ajo, vino blanco, jugo de naranja, mostaza, achiote, romero, sal y pimienta. Tapar y marinar por 1 hora.
- 2.** En una sartén a fuego medio con aceite de oliva, sofreír la cebolla, agregar el jamón, las peras y las pasas, mezclar bien y dejar cocinando a fuego medio durante 10 minutos, reservar.
- 3.** Colocar la pierna en un molde para horno y rellenar con la mezcla de jamón y pera, enrollar y asegurar con un cordel de cocina, tapar con papel aluminio.
- 4.** Llevar al horno precalentado a 350°F durante unas 3 horas, destapar



*Los rellenos para las piernas deben llevar ingredientes crocantes.*

y agregar por encima un poco de aceite de oliva, dejar cocinando durante 1 hora más o hasta que la pierna esté bien dorada, retirar y dejar reposar 15 minutos antes de quitar el cordel y servir con romero y vegetales.



# Pierna de Cerdo sin hueso rellena con chorizo suelto y cebolla

TIEMPO: 5 horas PORCIONES: 8

## INGREDIENTES

- 1 Pierna de Cerdo sin hueso en malla de PROGCARNE
- 1 cerveza clara
- 6 dientes de ajo en pasta
- 1 cucharada de romero seco
- 1 cucharada de tomillo seco
- 1 cucharada de orégano seco
- Sal y pimienta al gusto
- 2 libras de **Chorizo suelto Catracho de PROGCARNE**
- 2 cebollas moradas finamente picadas
- Mantequilla amarilla la necesaria

## PREPARACIÓN

1. Sacar la pierna de la malla y abrir en forma de sábana, colocar en un molde, agregar la cerveza, ajo, romero, tomillo, orégano, sal y pimienta, dejar marinando durante 1 hora en el refrigerador.
2. En una sartén colocar el chorizo a fuego medio y saltear 5 minutos, al soltar la grasa agregar la cebolla picada y saltear 8 minutos más, retirar y reservar.
3. Colocar la pierna en un molde para horno, rellenar con el chorizo, enrollar y asegurar con un cordel de cocina, tapar con papel aluminio.
4. Llevar la pierna a un horno precalentado a 350°F, cocinar un par de horas.
5. Destapar y agregar trocitos de mantequilla amarilla sobre la pierna, cocinar 1 hora más o hasta que se dore, retirar y dejar reposar 15 minutos antes de servir.



*Rellena esta Pierna de Cerdo sin hueso con Carne de Cerdo picada a mano.*



# Nuca de Cerdo deshuesada con relleno de prosciutto y hongos

TIEMPO: 4 horas PORCIONES: 8

## INGREDIENTES

- 1 Nuca de Cerdo deshuesada de PROGCARNE
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharada de paprika
- 1 cucharada de ajo en polvo
- ½ cucharadita de comino en polvo
- 6 dientes de ajo en pasta
- 2 cucharadas de mostaza
- Aceite de oliva lo necesario
- 1 bandeja de hongos picados
- ½ libra de prosciutto finamente picado
- 1 taza de brandy
- 2 tazas d caldo de vegetales

## PREPARACIÓN

1. Con ayuda de un cuchillo con bastante filo abrir la nuca en forma de sábana.
2. Mezclar la sal, pimienta, paprika, ajo y comino en polvo.
3. Untar la nuca con el ajo en pasta y la mostaza, agregar la mezcla de condimentos y reservar durante 1 hora.
4. En una sartén con aceite de oliva saltear los hongos con el prosciutto, agregar ½ taza de brandy y dejar evaporar.
5. Rellenar la nuca con la mezcla de hongos y prosciutto, cerrar y asegurar con un cordel de cocina.
6. Colocar la nuca sobre una placa para horno, bañar con el resto del brandy y el caldo de vegetales, tapar y llevar al horno precalentado a 350°F durante 2 horas.
7. Retirar del horno, destapar y agregar un poco de mantequilla amarilla, bajar la temperatura a 200°F y cocinar 40 minutos más, servir sobre calabaza y lentejas.



*Este corte presenta un mayor marmoles que los demás, resaltando el sabor del cerdo.*







## Pierna de Cerdo sin hueso con relleno de chorizo y hongos

TIEMPO: 6 horas PORCIONES: 8

### INGREDIENTES

- 1 Pierna de Cerdo sin hueso en malla de PROGCARNE
- 2 tazas de jugo de manzana
- 6 dientes de ajo
- 1 cucharada de paprika
- 1 cucharada de achiote
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite de oliva lo necesario
- 2 libras de **Chorizo Ahumado de PROGCARNE** picado
- 1 libra de hongos picados

- 1 cebolla blanca en trozos
- 1 manzana en medias lunas
- Ramitas de romero al gusto

### PREPARACIÓN

1. Sacar la pierna de la malla con cuidado y cortar en forma de sábana y colocar en un molde.
2. Licuar el jugo de manzana con el ajo, paprika, achiote, sal y pimienta; bañar la pierna con esta mezcla y dejar marinando un par de horas.
3. En una sartén con aceite de oliva saltear el chorizo ahumado y los hongos hasta que estén bien dorados, retirar.
4. Sobre un molde para horno colocar una cama de cebolla blanca, manzana y romero. Encima colocar la pierna de cerdo, rellenar con el chorizo, enrollar y asegurar con la malla, bañar todo con aceite de oliva y tapar con papel aluminio.
5. Llevar al horno precalentado a 350°F y hornear por 2 horas, retirar el papel



*La Pierna de Cerdo sin hueso en malla es un corte magro que puede ser adobado y marinado.*

aluminio y cocinar 1 hora más o hasta que la pierna esté dorada, dejar reposar durante 15 minutos antes de servir.



Escanea el código QR para ver el video de la receta



## Pierna de Cerdo sin hueso rellena de carnes, nueces y manzana verde

TIEMPO: 8 horas PORCIONES: 8

Por Chef Carlos Espinal

### INGREDIENTES PARA EL RELLENO

- Aceite vegetal lo necesario
- ½ libra de carne de cerdo molida
- ½ libra de carne de res molida
- 1 Pierna de Cerdo sin hueso en malla de PROGCARNE
- 1 cucharadita de comino
- 1 cucharadita de achiote
- ½ cebolla amarilla finamente picada
- 3 dientes de ajo finamente picados
- 1 chile morrón rojo finamente picado

- ½ taza de frutos secos mixtos con pasas
- 2 manzanas verdes en cubos pequeños
- Sal y pimienta al gusto

### PARA EL ADOBO

- 1 cucharada de cebolla en polvo
- ½ cucharada de achiote
- 1 cucharada de comino
- 2 cucharadas de miel
- Sal y pimienta al gusto

### PREPARACIÓN

1. Para el relleno, precalentar una sartén a fuego fuerte con un poco de aceite, agregar las carnes y sellarlas, incorporar el resto de los ingredientes, salpimentar al gusto. Retirar y dejar enfriar.
2. Secar bien la pierna de cerdo, abrir un orificio en un extremo de la malla con la ayuda de un cuchillo, realizar un corte en cruz sin atravesar la pierna de cerdo.
3. Comenzar a deslizar el relleno dentro de la pierna de cerdo poco a poco con

mucho cuidado de no romper la malla.

4. Mezclar todos los ingredientes del adobo, cubrir con la mezcla la pierna de cerdo.

5. Precalentar el horno a 325°F, colocar la pierna en una bandeja para horno, cubrir con papel aluminio, llevar al horno por 6 horas, remover el papel aluminio y subir a 350°F por 1 hora más. Retirar del horno y reposar por 10 minutos antes de servir y cortar.



La Pierna de Cerdo en malla es ideal para rellenar.



## Lomo de Cerdo con relleno cubano, mojo y ajo

TIEMPO: 3 horas PORCIONES: 10  
Por Chef Carlos Espinal

### INGREDIENTES PARA EL MOJO

- 1 taza de aceite de oliva
- 1 cabeza de ajo
- 4 naranjas agrias, su jugo y ralladura
- 1 cucharada de orégano seco

### PARA EL RELLENO

- 1 Lomo de Cerdo fresco de PROGCARNE
- 1 libra de Chorizo suelto Catracho de PROGCARNE
- ½ cebolla finamente picada
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 1 cucharadita de orégano seco
- 1 chile morrón rojo finamente picado
- 1 chile morrón amarillo finamente picado
- 2 naranjas agrias, su jugo
- Sal y pimienta al gusto

### PREPARACIÓN

1. Para el mojo, precalentar una sartén a fuego medio, verter el aceite y sofreír el ajo hasta dorar, agregar el jugo y ralladura de naranja agria, orégano, retirar del fuego y dejar enfriar.
2. Secar muy bien el lomo de cerdo, abrir en forma de libro, adobar con el mojo y marinar por 1 hora en la nevera.
3. Para el relleno, precalentar una sartén a fuego fuerte, colocar un poco de aceite, llevar el chorizo y sofreír hasta dorar, agregar el ajo, cebolla, orégano y chiles morrones, el jugo y salpimentar al gusto. Cocinar por 8 minutos a fuego fuerte, retirar del fuego y dejar enfriar.
4. Colocar el relleno en el centro del lomo, cerrar en forma de rollo y atarlo con cordel para asegurarlo bien.
5. Precalentar el horno a 325°F. Colocar el lomo en una bandeja para horno, cubrir con papel aluminio y hornear por 2 horas, retirar el papel aluminio y subirle la temperatura al horno a 350°F, brochar con el mojo y hornear por 30 minutos más. Retirar y dejarlo reposar 10 minutos antes de cortar.

Escanea el código QR para ver el video de la receta



*El Lomo de Cerdo puede marinarse hasta por 24 horas.*



Escanea el código QR  
para ver el video  
de la receta



## Pork belly relleno con espinaca y marañón

**TIEMPO:** 4 horas **PORCIONES:** 8  
Por Chef Carlos Espinal

### INGREDIENTES PARA EL RELLENO

- Aceite vegetal lo necesario
- 1 cebolla amarilla finamente picada
- 3 dientes de ajo finamente picados
- 4 tazas de espinacas
- ½ taza de semillas de marañón
- 1 cucharadita de azúcar morena
- 1 cucharadita de achiote en polvo
- Sal y pimienta al gusto

### PARA EL ADOBO

- 1 Pork Belly de PROGCARNE

- Sal al gusto
- 1 cucharada de mostaza Dijon
- 1 cucharadita de tomillo fresco

### PREPARACIÓN

1. Para el relleno, precalentar una sartén a fuego medio con un poco de aceite, sofreír muy bien todos los ingredientes del relleno por 10 minutos o hasta que se evapore el líquido, sal pimentar al gusto. Reservar.
2. Secar muy bien el pork belly, adobar con sal, voltear y por el lado de la carne, adobar con la mostaza Dijon y el tomillo, esparcir muy bien sobre la pieza. Colocar el relleno en el centro y esparcir a muy bien.
3. Enrollar el pork belly, terminar amarrándolo con cordel para asegurarlo bien.
4. Precalentar el horno a 350°F. Colocar el pork belly en una bandeja

para horno y llevar a cocinar por 3 horas, luego subir la temperatura a 400°F y dejar cocinar por 20 minutos hasta estar dorado. Retirar del horno y dejar reposar por 20 minutos previo a cortar en rebanadas y servir.



*El Pork Belly es  
ideal para cocciones lentas  
al horno.*



Escanea el código QR para ver el video de la receta



## Pierna de Cerdo sin hueso rellena de arándanos y almendras

TIEMPO: 5 horas PORCIONES: 6

Por Chef Carlos Espinal

### INGREDIENTES

- 1 taza de arándanos secos
- 2 tazas de crotones con hierbas
- ½ taza de almendras fileteadas
- 4 cucharadas de perejil finamente picado
- 1 cucharada de romero picado
- 1 cucharadita de orégano seco
- ¼ taza de aceite de oliva
- 1 Pierna de Cerdo sin hueso en malla de PROGCARNE

### PARA EL ADOBO

- 1 cucharada de achiote
- 1 cucharada de paprika

- 1 cucharada de romero picado
- Sal y pimienta al gusto

### PREPARACIÓN

1. Para el relleno, mezclar todos los ingredientes en un tazón y reservar.
2. Secar bien la pierna de cerdo, abrir un orificio en un extremo de la malla con un cuchillo, realizar un corte en cruz sin atravesar la pierna de cerdo.
3. Colocar la pierna en un molde para horno, comenzar a deslizar el relleno dentro de la pierna poco a poco con mucho cuidado de no romper la malla, reservar.

4. Para el adobo, mezclar los ingredientes luego cubrir con la mezcla toda la pierna de cerdo, sin sacar de la malla.
5. Precalentar el horno a 325°F, cubrir con papel aluminio la bandeja y hornear por 4 horas. Pasado el tiempo, remover el papel aluminio, subir a 350°F y hornear la pierna por 1 hora más. Retirar y dejar reposar por 10 minutos antes de cortar.



*No rellenar de más la pierna, para que no se salga el relleno.*

# Pierna de Cerdo sin hueso rellena de hongos y papa con chutney de frambuesa

TIEMPO: 8 horas PORCIONES: 8

Por Chef Carlos Espinal

## INGREDIENTES

- Aceite vegetal lo necesario
- 3 libras de papas peladas y en trocitos
- 1 cebolla blanca finamente picada
- 1 bandeja de hongos
- ¼ taza de hojas de albahaca
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada de paprika
- 1 cucharadita de orégano seco
- ½ taza de agua
- 1 Pierna de Cerdo sin hueso en malla de PROGCARNE

## PARA EL CHUTNEY

- 1 taza de frambuesas
- ½ cebolla amarilla
- 1 diente de ajo
- ¼ taza de perejil fresco
- 1 cucharada de azúcar
- 1 cucharada de vinagre blanco
- Sal y pimienta al gusto

## PREPARACIÓN

1. Para el relleno, precalentar una sartén a fuego medio, agregar aceite y sofreír todos los ingredientes menos por la pierna, por 6 minutos. Agregar ½ taza de agua y tapar, dejar cocinar por 5 minutos o hasta que el líquido se evapore, retirar y reservar.

2. Secar muy bien la pierna de cerdo deshuesada, abrir un orificio en un extremo de la malla con un cuchillo, realizar un corte en cruz sin atravesar la pierna de cerdo.

3. Colocar la pierna de cerdo en un molde para horno, comenzar a deslizar el relleno dentro de la pierna de cerdo poco a poco con cuidado de no romper la malla.

4. Precalentar el horno a 325°F. Llevar la pierna al horno por 4 horas cubierta con papel aluminio, destapar y subir el horno a 350°F seguir horneando por 1 hora más, retirar y dejar reposar por 10

minutos antes de servir y cortar.  
5. Para el chutney, mezclar todos los ingredientes en una cacerola, colocar a fuego medio, cocinar por 8 minutos, salpimentar al gusto retirar y servir encima de la pierna de cerdo o para acompañarla.

*El relleno sobrante puede servirse como acompañante.*



Escanea el código QR para ver el video de la receta





También puedes  
agregar a la  
receta un poco de  
tocino en trocitos.



# PAPAS

## PARA TODOS LOS GUSTOS

LAS PAPAS SON UNO DE LOS VEGETALES MÁS POPULARES PARA ACOMPAÑAR EL CERDO. POR ESO TE COMPARTIMOS UNA VARIEDAD DE PLATILLOS PARA DISFRUTAR VARIOS TIPOS DE PAPA, DESDE LA BLANCA TRADICIONAL HASTA LAS DULCES AMARILLAS. ¡ESCÓGELAS!

### Papas con balsámico y romero

TIEMPO: 25 minutos PORCIONES: 8

#### INGREDIENTES

- 1 libra de papas baby cortadas a la mitad
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharada de vinagre balsámico
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de paprika
- Ramitas de romero al gusto
- Sal y pimienta al gusto

#### PREPARACIÓN

1. En un tazón colocar las papas junto a al aceite, vinagre, ajo, paprika y romero. Salpimentar al gusto y reservar.
2. Colocar las papas en la freidora de aire previamente engrasada a 400°F por 10 minutos. Sacudir la canasta y cocinar por 10 minutos más para dorar.
3. Retirar y servir con ramitas de romero.





### Tortas de papa amarilla

**TIEMPO:** 30 minutos **PORCIONES:** 13

#### INGREDIENTES

- 1 ½ libra de papas amarillas peladas
- 1 cebolla blanca ya pelada
- 1 cucharadita de sal
- 2 huevos grandes batidos
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- Aceite en aerosol lo necesario

#### PREPARACIÓN

**1.** Rallar en un tazón todas las papas. En

otro tazón hacer el mismo procedimiento con la cebolla.

**2.** Agarrar las papas ralladas y la cebolla rallada, y con papel toalla exprimir toda su agua. Repetir por tandas hasta que el papel toalla salga seco.

**3.** En otro tazón grande, mezclar la sal con los vegetales rallados y ya exprimidos. Gradualmente agregar el huevo y el polvo para hornear, formando

las tortas.

**4.** Calentar una sartén antiadherente a fuego medio y rociar con el aceite en aerosol.

**5.** Formar dos tortas de papa medianas. Freír por ambos lados, de 2 a 3 minutos. Ya crujientes retirar y rociar con más sal. Repetir hasta acabar toda la mezcla. Servir inmediatamente.



### Ensalada de papas rosadas con tzatziki

TIEMPO: 35 minutos PORCIONES: 6

#### INGREDIENTES

- 1½ libras de papas rosadas
- Sal al gusto
- 6 pepinillos en trocitos
- 3 zanahorias en trocitos
- 1 taza de chicharos
- 8 láminas de Jamón Bavaria de GUANGOLOLA cortado en trocitos
- 2 dientes de ajo rallados
- Jugo de 2 limones

- 1 cucharadita de azúcar
- ½ cucharadita de pimienta
- 2 tazas de yogur griego sin sabor
- 2 cucharadas de mayonesa

#### PREPARACIÓN

**1.** En una olla grande con agua poner a cocer las papas sin pelar y con 2 cucharaditas de sal. Dejar hervir y cocinar de 12 a 15 minutos.

- 2.** En un tazón grande colocar el resto de los ingredientes y mezclar bien.
- 3.** Ya cocidas las papas, escurrirlas y cortar en trocitos para agregar a la ensalada. Mezclar todo y dejar enfriar antes de servir, decorar con eneldo.

*Puedes decorar esta  
Margarita con cerezas  
y hojas de menta.*

# A brindar por LAS FIESTAS

LAS BEBIDAS SON PARTE ESENCIAL  
TAMBIÉN DEL BANQUETE NAVIDEÑO.  
POR ESO TOMAMOS LOS LICORES  
TRADICIONALES CON UN NUEVO  
GIRO PARA DISFRUTAR.



### Champán Margarita

TIEMPO: 15 minutos

PORCIONES: 1

#### INGREDIENTES

- Azúcar y sal para escarchar la copa
- Hielo al gusto
- ½ shot de tequila
- 1 shot de crema de coco
- Jugo de 1 limón
- Champán Brut ya helada para rellenar
- Arándanos frescos para servir
- Ramitas de romero para servir

#### PREPARACIÓN

**1.** Para barnizar la copa de Margarita, mezclar el azúcar y sal en un plato seco. Mojar con una rodaja de limón la orilla de la copa para Margarita, y luego pasarla por la mezcla del plato, cubrir con hielo.

**2.** En un coctelero verter el tequila, crema de coco y jugo de limón con un poco de hielo. Mezclar bien y verter a la copa, terminar de llenar la copa con el champán y decorar con los arándanos y romero. Servir.



### Cóctel festivo

TIEMPO: 40 minutos

PORCIONES: 6

#### INGREDIENTES

- 1 botella de vino tinto Merlot
- 1 taza de jugo de arándano
- 1 shot de sirope de maple
- 1 shot de brandy
- 1 naranja dulce en rodajas
- 1 taza de uvas rojas

- 2 manzanas Granny en rodajas
- Rajas de canela para decorar al gusto
- Ramitas de romero para decorar

#### PREPARACIÓN

**1.** Colocar todos los ingredientes, menos las frutas y hierbas, en una cacerola y dejar hervir a fuego medio. Bajar el fuego y dejar romper hervor por 30 minutos. Colar y servir en vasos cocteleros, decorar con la naranjas, uvas, manzanas, canela y el romero.



### Rompopo rumero

TIEMPO: 1 hora PORCIONES: 8

#### INGREDIENTES

- 2 litros de leche
- ½ taza de azúcar
- 2 rajitas de canela
- 4 clavos de olor
- 5 huevos (su yema)
- 1 cucharada de fécula de maíz
- 1 ½ taza de ron oscuro

#### PREPARACIÓN

**1.** En una olla a fuego lento colocar la leche, azúcar, canela y clavo de olor, dejar cocinando durante 25 minutos.

**2.** Colocar las yemas en un tazón y disolver con un poco de leche, agregar la fécula de maíz previamente disuelta en un poco de agua.

**3.** Agregar la mezcla anterior a la leche hirviendo, bati con una cuchara de madera durante 5 minutos, retirar del fuego, agregar el ron y dejar reposar.

**4.** Cuando esté a temperatura ambiente enfriar en la heladera. Decorar con canela en polvo y servir.


**PROGCARNE**  
 ¡Nuestro cerdo *Sí* es bueno!™



Lo Mejor para tus Reuniones...

Adquiérelolo en los principales  
 supermercados o a  
 través de nuestro sitio de  
 compras en línea:

 **PROGCARNE**  
 delivery  
[delivery.progcarne.com](http://delivery.progcarne.com)

 2580-1525  
 SERVICIO AL CLIENTE  
 [progcarne.com](http://progcarne.com)

Progcarne  


# Dulzuras de la NAVIDAD

LA TEMPORADA NAVIDEÑA Y DE FIN DE AÑO TRAE RICOS POSTRES PARA CULMINAR UNA CENA EN FAMILIA. POR ESO TE COMPARTIMOS ESTAS NUEVAS IDEAS PARA CREAR.





*También puedes  
rellenar las fresas con  
cremas de avellanas.*

## Sombreros de Santa con crema

**TIEMPO:** 30 minutos

**PORCIONES:** 10

### INGREDIENTES

- 1 taza de mezcla para panqueques
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- Mantequilla amarilla la necesaria
- 10 fresas sin su tallo
- 1 taza de crema batida

### PREPARACIÓN

- 1.** En un tazón grande, incorporar a la mezcla de panqueque la vainilla. Luego transferir la mezcla a una manga pastelera para poder hacer los pequeños panqueques.
- 2.** En una sartén antiadherente a fuego medio, derretir un poco de la mantequilla. Verter en pequeñas cantidades la mezcla para poder hacer los mini panqueques dorando 1 minuto por cada lado. Voltear y cocinar hasta dorar ambos lados. Repetir hasta acabar toda la mezcla y reservar.
- 3.** En una bandeja para servir, color el mini panqueque y cubrir con crema batida, colocar la fresa encima y colocar un poco de crema batida en la punta de la fresa. Repetir el proceso de montaje hasta colocar todas las fresas.

*Puedes servir con un poco de nueces molidas picadas.*



## Peras horneadas con caramelo y helado

TIEMPO: 45 minutos

PORCIONES: 4

### INGREDIENTES

- 4 cucharadas de mantequilla amarilla
- 1 taza de azúcar morena
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 1 cucharada de canela en polvo
- 8 peras cortadas a la mitad y descorazonadas
- Helado al gusto para servir

### PREPARACIÓN

1. Precalentar el horno 400°F. Colocar la mantequilla en una placa para horno; dejar en el horno hasta que se derrita.
2. Rociar el azúcar sobre la mantequilla derretida, con la vainilla y canela, colocar las peras con la piel hacia arriba. Hornear por 30 minutos o hasta que estén suaves.
3. Retirar las peras del horno, darles vuelta con la piel para abajo y bañar con la salsa del molde. Regresar al horno y hornear por 10 minutos más o hasta que estén doradas.
4. Ya doradas, retirar del horno y dejar enfriar. Colocar las peras en los platos a servir, y acompañar con helado de vainilla y rociar con un poco del caramelo.



## Flor de manzana

TIEMPO: 1 hora PORCIONES: 10

### INGREDIENTES

- 2 barras de mantequilla amarilla sin sal a temperatura fría
- 2 tazas de harina
- ½ cucharadita de sal
- 1 ½ cucharadas de azúcar
- ½ taza de agua fría
- 3 manzanas rojas
- ¼ taza de azúcar morena
- ½ cucharadita de canela en polvo
- Azúcar granulada para servir

### PREPARACIÓN

1. Cortar 1 ½ barra de mantequilla en cuadritos. En un tazón combinar el harina, sal, azúcar y mantequilla amarilla en cubos mezclando con las manos hasta integrar todo.
2. Comenzar a agregar de a poco el agua fría hasta incorporar toda la masa.
3. Amasar en forma rectangular, tapar con papel film y refrigerar por 1 hora.
4. Cortar las manzanas por la mitad, retirando el corazón. Cortar en finas rebanadas.
5. Cocer las manzanas en agua por 5 minutos, retirar y secar bien.
6. Derretir el resto de la mantequilla, agregar al azúcar morena junto con la canela y mezclar bien.
7. Colocar la masa fría sobre un poco de harina. Estirar con un rodillo hasta obtener un rectángulo plano. Cortar 10 tiras de 12x1 ½ pulgadas.
8. Precalentar el horno a 375°F. Untar la mezcla de azúcar morena a cada tira de masa por ambos lados, luego apilar las manzanas a lo largo. Enrollar con cuidado la masa para crear la rosa y cortar cada el rollo para colocar en un molde para cupcakes con barriletes.
9. Meter al horno por 45 minutos. Retirar y dejar enfriar, espolvorear con azúcar glas para servir.





POR CHEF  
LAURA  
MORALES

# 8 condimentos para COCINAR EL CERDO

**P**ara lograr resaltar aún más el sabor del cerdo, no hay cosa mejor que un rub de mezcla de condimentos.

Es importante tener un balance de sabores como salado, dulce, picante y amargo en cada combinación. También se debe considerar el tiempo para que las especias se adhieran a la carne de cerdo, que debe ser mínimo 15 minutos hasta 2 horas. Así que te compartimos la guía de especias que no deben faltar al momento de crear un adobo o rub para preparar el cerdo.

## 1. Pimienta gorda

La pimienta gorda puede ser negra, verde, roja o blanca, pero su uso al final es el mismo, aportar picor y aroma. Es un ingrediente básico en los rubs para el cerdo, ya que resalta su sabor.

## 2. Ajo granulado

El ajo granulado agrega un toque de ajo a la carne, sin sobrecargarlo de sabor. Además, es mucho más fácil de disimular en un adobo, por el tamaño del contenido, que es mucho más pequeño que el diente de ajo machado.

## 3. Chile en hojuelas

El chile en hojuelas en la medida correcta, da solo un toquecito de picante que además aromatiza. Es esencial para darle a un adobo ese picor ideal. Debe tomarse en cuenta la cantidad a utilizar, debe ser poca.

## 4. Paprika

La paprika puede ser normal o ahumada. La normal es un poco más dulce que la ahumada, con un sabor más intenso.

Además de darle sabor al adobo de la carne de cerdo, aportará color. También se puede mezclar con aceite de oliva y otros condimentos para crear una salsa de ajo y paprika.

## 5. Romero seco

El romero es el aromatizante número 1 por naturaleza. A pesar de que el sabor entre el romero fresco y el seco no varía en gran medida, el seco tiene un sabor algo más amargo que el fresco, ideal para darle balance a un rub salado.

## 6. Orégano

El orégano seco tiene una armonía en su sabor, que ayuda a

balancear cualquier otra especia intensa. Es importante aclarar que las hierbas frescas se convierten en especias al ser utilizadas en su versión seca.

## 7. Azúcar morena

El azúcar morena es un endulzante especial para hornados por naturaleza. Los usos comunes del azúcar morena incluyen endulzar salsas, adobos e incluso tocino. Es un gran aliado del cerdo para aportar a su caramelización.

## 8. Clavos de olor

El clavo de olor es una especia que va muy bien con las carnes tiernas como el cerdo y el cordero. Su potente sabor se siente en los hornados, pero es menos invasivo que otras especias aromatizantes.



# PROGCARNE®

¡Nuestro cerdo SÍ es bueno!™

## Cortes Premium Empacados en Atmósfera Modificada



Escanea el código  
y conoce más sobre  
esta tecnología  
de empaque



Adquiérello en los principales  
supermercados o a  
través de nuestro sitio de  
compras en línea:



**PROGCARNE**  
delivery  
delivery.progcarne.com



2580-1525  
SERVICIO AL CLIENTE



progcarne.com




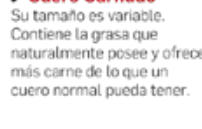
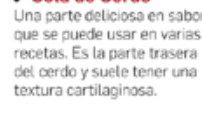
Progcarne



# LA CALIDAD DE PROGCARNE

TODA LA GAMA DE PRODUCTOS DE CERDO Y DE RES, LO ENCUENTRAS AQUÍ.  
CONOCE NUESTRO CATÁLOGO Y COMIENZA A DISFRUTAR DE SUS SABORES.

## Despiece del Cerdo

				
<p>✓ <b>Filete de Cerdo</b> Es un corte libre de grasas, magra casi en su totalidad. Sus formas de cocción son variadas, pero cualquiera supone un exquisito sabor al paladar.</p>	<p>✓ <b>Baby Back Ribs</b> Las costillas superiores se llaman Baby Back Ribs, pero no porque vienen de un cerdo bebé, sino porque son más cortas en relación con las costillas más grandes premium.</p>	<p>✓ <b>Lomo de Cerdo Fresco</b> En los años recientes este corte se ha vuelto más saludable, es una de las partes de cerdo que más proteínas y menos grasa contiene. Y de los alimentos más apetecidos.</p>	<p>✓ <b>Costilla Premium</b> Extraídas de la carne de lomo. A diferencia de las Baby Back Ribs, estas costillas tienen un tamaño más grande, de aquí se obtienen las costillas de cerdo estilo St. Louis.</p>	<p>✓ <b>Pierna de Cerdo Tradicional con Cuero</b> Es un corte muy magro de cerdo, ofrece gran variedad de preparaciones, especialmente para la época de Navidad.</p>
				
<p>✓ <b>Chuleta de cerdo fresca</b> Este corte suele ser grande, lo suficiente para servir una chuleta de lomo por persona. Como es parte del lomo, contiene muy poca grasa.</p>	<p>✓ <b>Posta de Cerdo/Tajo</b> Contiene muy poca grasa, la parte más grande del cerdo y también de las que más se consumen por la facilidad de prepararlas en diferentes recetas.</p>	<p>✓ <b>Paleta de Cerdo</b> Un corte jugoso por su marmoleo y de textura suave. Son parte de las patas delanteras del cerdo. La chuleta de paleta es ideal para hacer al horno o a la plancha, en estofado y en cocción lenta.</p>	<p>✓ <b>Cabeza de Lomo/ Nuca/Boston Butt</b> Su textura es marmoleada y suave. Es un corte de carne de la parte superior del hombro del cerdo, a veces con hueso. Este corte es muy usado para desmenuzar.</p>	<p>✓ <b>Pierna de Cerdo Tradicional sin Cuero</b> La deliciosa pierna de cerdo con menos grasa y con el mismo sabor exquisito de esta pieza del cerdo.</p>
				
<p>✓ <b>Patas de Cerdo</b> Son altamente deliciosas aunque contengan poca carne. Las patas de cerdo son muy ricas en colágeno, esta proteína se encarga de rejuvenecer y evitar el daño de la piel.</p>	<p>✓ <b>Carne Molida de Cerdo</b> Un producto bajo en calorías, es una preparación donde se desmenuzan y se pican finamente los músculos, nervios y grasas del cerdo en una máquina de moler.</p>	<p>✓ <b>Recorte de Cerdo</b> Se genera de todas las piezas o canal del cerdo. Esta deliciosa carne se disfruta de manera rápida y sencilla en estofado, o cualquier receta práctica y rápida a la sartén.</p>	<p>✓ <b>Cuero Carnudo</b> Su tamaño es variable. Contiene la grasa que naturalmente posee y ofrece más carne de lo que un cuero normal pueda tener.</p>	<p>✓ <b>Cola de Cerdo</b> Una parte deliciosa en sabor, que se puede usar en varias recetas. Es la parte trasera del cerdo y suele tener una textura cartilaginosa.</p>



✓ **Tajo de Cerdo**  
Tajo de cerdo empacado y listo solo para sazonar al gusto y meter al horno. Es un corte de cerdo magro y perfecto para cenas en ocasiones especiales.

## Carnes Marinadas (Tajo y fajitas)



**Fajitas Tex-Mex**  
Al estilo Tex-Mex, puedes usarla para preparar deliciosos tacos, tostadas o tu platillo preferido. La carne de cerdo cortada en finas fajitas, condimentada con especias para darle un delicioso sabor picante.



**Fajitas Al Pastor**  
Los tacos mexicanos llegan con el sabor de la carne de cerdo cortada en finas fajitas, condimentada con especias para darle un delicioso sabor al pastor. También se puede implementar en quesadillas.

## Empaque de Atmósfera Modificada (MAP)



### Asar de Cerdo

Cortado en tiras gruesas, es un corte extraído de la mejor selección de la pierna de cerdo, magro sin ningún marinado, es una gran opción para las barbacoas con amigos y familiares.



### Chicharrón de Cerdo

Este corte es también conocido como panceta o "pork belly" en inglés. Tiene una parte superior de grasa y otra capa de carne, lo que hace que el chicharrón quede tierno y jugoso en cualquier preparación.



### Panceta de Cerdo

Comprende la piel y la capa de carne que se encuentran bajo la piel del cerdo. Es un corte alto en jugosidad por su porcentaje de grasa, se recomienda para cocciones lentas como ahumados, al horno o asados a las brasas.



### Lomo de Cerdo

Ubicado junto al espinazo, es uno de los cortes más saludables del cerdo por su bajo contenido de grasa y alto en proteínas. Su empaque permite conservar mejor sus jugos naturales, volviéndolo más sabroso.



### Bistec de Cerdo

Cortado en tiras gruesas, es un corte extraído de la mejor selección de la pierna de cerdo, magro sin ningún marinado. Es fácil de hacer a la plancha, estofado o adobado, lo que lo hace una opción práctica para cocinar.



### Costilla Premium de Cerdo

La calidad y la delicia se unen en este producto. Son costillas traseras, que provienen del "lomo". A diferencia de las Baby Back Ribs, estas tienen un tamaño más grande con más carne.



### Estofado de Cerdo

Los estofados ahora quedarán más exquisitos con este producto. Es un corte en trozos extraído de la pierna trasera del cerdo, ideal para guisos por su textura suave, jugosidad y lo fácil que es prepararla.



### Fajitas de Cerdo

Una gran variedad de recetas se pueden hacer con las fajitas de carne de cerdo. Es un fino corte en tiras, ideal para tacos, también puedes prepararlas salteadas o en un guiso y hasta emparedados.



### Matambre tipo Arrachera

Gracias a su sabor natural, este corte no necesita mucho para prepararse, basta con sal y algunas especias para que esté listo. Su fácil preparación lo convierte en un corte muy utilizado en parrilladas.



### Filete de Cerdo

Perfecto para una comida especial. El filete de cerdo es un corte especializado de la parte del lomo del cerdo, también conocido como solomillo. Es una pieza magra y libre de grasas casi en su totalidad.



### Chuleta Tomahawk

Esta opción de chuleta de cerdo tiene la forma de su corte parecido a la de un hacha, que hace alusión a su nombre Tomahawk, que utilizaban ciertos pueblos indios en América del Norte. Es una chuleta con hueso, su marmoleo le confiere un gran sabor y una jugosidad excepcional en su carne.



### Codillo de Cerdo

Este corte es muy popular en Europa, sobre todo en países como Alemania donde se prepara al horno, guisado, ahumado o salado. Es el protagonista de muchas gastronomías por su fuerte y aromático sabor. El codillo de cerdo, está ubicado entre la unión de los dos huesos de la pata delantera donde se forma el codo del cerdo.



### Carne de Cerdo picada a mano

Este corte se extrae de la parte gruesa de la pierna de cerdo, conocido como tajo y se recomienda prepararla con una temperatura mínima de cocción de 62.7 grados Celsius.

## Carnes Marinadas (asaes)



### Sabor Normal

Con delicioso sabor a especias como cebolla, comino, pimienta negra y ajo, de origen natural, con un ligero toque típico. Deliciosa carne de cerdo cortada en tiras tipo asar.

✓ Recomendada para cocinar al carbón.



### Sabor Barbacoa

Se destaca el tomate y las especias deshidratadas como la cebolla, ajo, pimienta y paprika, combinados con un ligero sabor ahumado, la carne viene cortada en tiras.

✓ Para cocinar en la parrilla y a la plancha.

## Productos

### Chorizos



#### Chorizo Guanolola

Este deleite de chorizo de cerdo es condimentado perfectamente con una mezcla de especias deshidratadas (cebolla, ajo, chile dulce y chile morrón rojo), elaborado con la receta especial de la casa.

- ✓ Para preparar a la parrilla.



#### Chorizo Barbacoa

Con el estilo barbacoa este chorizo es perfecto para tus asados. Con un sabor marcado por el ajo y el orégano, más un toque picante suave. Elaborado con la mejor selección de carnes de cerdo.

- ✓ Recomendado para tu parrillada.



#### Chorizo Catracho

Lo hondureño llega a tu casa con este chorizo. Con el sabor que nos encanta, condimentado con especias, ajo, cebolla, orégano, comino, un delicioso sabor a vinagre y picante medio. Elaborado con materia prima de primer nivel.

- ✓ Ideal para desayunos, almuerzos de asados y en estofados.



#### Salchicha para Desayuno

Inicia el día con pie derecho y para eso haz una mezcla perfecta en tu desayuno con esta salchicha a base de carne de la pierna de cerdo, con muy poca grasa.

- ✓ Ideal para cocinar a la plancha o frito como acompañante para tu desayuno típico hondureño.



#### Chorizo Criollo

Un producto jugoso y agradable al paladar, el placer convertido en chorizo se hace presente. Este chorizo de cerdo es elaborado con la receta de antaño, adicionando una mezcla perfecta de especias de primera calidad para obtener su sabor criollo.

- ✓ Perfecto para hacer a la plancha.



#### Chorizo Costeño

Toda la esencia de la costa llega con este chorizo premium, de carne de cerdo seleccionada con la adición de hierbas aromáticas y especias como el orégano, comino, albahaca y tomillo. El resultado es un sabor único.

- ✓ Recomendado cocinar a la plancha o a la sartén.

### Nuevos Chorizos



#### Chorizo Ahumado

Chorizo ahumado elaborado con la mejor selección de carnes. Es un chorizo precocido, con una textura exquisita y explosión de aromas.

- ✓ Deliciosa opción para botanas.



#### Chorizo Cervecero picante

Picante y perfecto para asados, este chorizo cervecero es picante y lo puedes preparar a la parrilla de manera rápida.

- ✓ Ideal para incluir en tus asados.



#### Salchicha Alemana Bratwurst

La tradicional salchicha alemana estilo Bratwurst llega a la familia de PROGCARNE. Es una mezcla de carne de cerdo y chorizo Bratwurst.

- ✓ Perfecta para preparar al grill.



#### Chorizo Catracho Suelto

Este chorizo refleja la esencia del sabor típico.

- ✓ Ideal para degustar con tacos o huevo.

### Choritorta



#### Nueva opción en torta de chorizo

Ahora las hamburguesas quedarán más deliciosas con este producto innovador. Exquisita torta de chorizo condimentada a la perfección con una mezcla de especias deshidratadas como cebolla, ajo y chile dulce.



#### Carne Chorizada

Condimentada con ajo, cebolla y vinagre, es una delicia.

- ✓ Para anafes fundidos con queso.



#### Sabor Criollo

Con el sello típico de la cocina hondureña. Resalta el sabor de las especias como el tomate deshidratado, chile dulce, ajo, pimienta, cebolla, perejil, orégano y achiote matizadas por el sabor ácido de la naranja.

- ✓ Perfecta para el grill o para hacer a la sartén.



#### Sabor Ranchero

Para disfrutar de un sabor típico ranchero ligeramente picante, la carne de cerdo es cortada en tiras y condimentada con especias como el ajo, tomate y hierbas aromáticas.

- ✓ Recomendado cocinar a la plancha.



#### Sabor Jalapeño

El sabor del picante con la adición de chile jalapeño te deleitará. La carne cortada en tiras es condimentada con especias como el ajo, tomate y hierbas aromáticas.

- ✓ Recomendado cocinar a la plancha.

## Productos

### Costilla de Cerdo



#### Costilla de Cerdo St. Louis

Obtendida del centro del costillar del cerdo, su suavidad y jugoso sabor hará que la Costilla St. Louis Style, sea la preferida de tu familia. Preparar al horno o a la parrilla.

### Ahumados



#### Costilla Ahumada

Preparada y lista para hacerla a la parrilla o ahumada de manera práctica. Ofrece una combinación de hueso y carne que se cocinan simultáneamente.



#### Chuleta Ahumada Deshuesada

Exquisita chuleta ahumada con el sabor natural de maderas nobles como el roble. Es un corte magro que puedes acompañar con una salsa dulce que combine con su sabor.

✓ Ideal para preparar a la sartén, plancha, parrilla o en estofados con salsas.

#### Lomo de Cerdo Ahumado

A plancha o al horno, su sabor lo hace un manjar para las reuniones y ocasiones especiales. Elaborado de pura carne de cerdo.



#### Chuleta Ahumada

Su sabor es intenso y delicioso debido a su proceso de preparación. Este corte viene listo para preparar a la parrilla o a la plancha.



#### Lomo Canadiense

Es de carne magra, lomo de cerdo caracterizado por contener menos grasa en relación a otros cortes, además es versátil para disfrutar con salsas.



### Embutidos Guangolola



#### Longaniza

Con su sabor picante, el chorizo Longaniza se mezcla con el sabor típico catracho, perfecta para acompañar platillos de origen hondureño.

✓ Ideal para preparar en la cena.



#### Jamón Bavaria

Elaborado con carnes cuidadosamente seleccionadas para obtener un producto de calidad. El Jamón Bavaria, contiene verdadera carne de cerdo.

✓ Para preparar deliciosos emparedados y wraps.



#### Hotdog

Exquisito sabor característico del Hot Dog. Es una salchicha elaborada con carnes y condimentos cuidadosamente seleccionados para encantar a toda la familia.

✓ Para preparar las meriendas de los niños.



#### Extremeño

Con ese delicioso toque picante que tanto gusta y cautiva a los hondureños. El chorizo extremeño tiene el sabor típico catracho, ideal para preparar en la sartén.

✓ Pruébalo en desayunos y en las baleadas.



#### Mortadela

La mortadela es un clásico para los hondureños, ésta es elaborada con carnes de calidad para obtener un producto suave que ya viene listo para cocinar las comidas del día a día.

✓ Ideal para preparar en desayunos.



#### Copetín

En la comida de Honduras se disfruta el Copetín, este producto es condimentado para deleitar su paladar. El condimento picante le da un toque único y delicioso.

✓ Ideal para la cena.

### Nuevos Embutidos Guangolola



#### Jamón Cubano

Auténtico Jamón Cubano elaborado de la pierna de cerdo con un perfil suave. Posee un sabor ahumado y rústico marcado por una mezcla de humos de maderas nobles.

✓ Perfecto para boquitas y emparedados.



#### Salsichón de Cerdo

Salsichón elaborado con carne de cerdo condimentada, especiada y ligeramente picante. Perfecto para acompañar en el desayuno por su sabor condimentado, es uno de los favoritos.

✓ Calentar a la plancha.

## Productos

### Productos de temporada



#### Pierna de Cerdo Ahumada

La nueva Pierna de Cerdo ahumada proviene del corte tradicional de la pierna de cerdo. Esta pieza va acompañada de un sobre de salsa sabor barbacoa, para una rica preparación con toque ahumado.



#### Paleta de Cerdo Ahumada

La Paleta de Cerdo ahumada contiene mayor proporción de grasa en relación con el músculo y es más aromática. Ahumada artesanalmente con maderas nobles y viene con un sobre de salsa sabor barbacoa.



#### Pierna de Cerdo sin hueso en malla

Es una pierna de cerdo deshuesada cubierta por una malla que permite fácilmente rellenarla. Es un corte magro para preparar una variedad de recetas.



#### Jamón Navideño

Jamón elaborado de la pierna trasera del cerdo, ahumado artesanalmente y cortado en mitades. Este también viene acompañado de un sobre con salsa de albaricoque.



#### Jamón Espiral

El novedoso y exquisito Jamón Espiral, es un corte obtenido de la pierna de cerdo. Este producto ahumado viene también acompañado de un sobre con salsa sabor barbacoa.



#### Paleta de Cerdo sabor Navideño

Es una paleta con hueso empaquetado al vacío y condimentada con una variedad de especias. Su preparación es con pocos condimentos, pero con una gran sazón.



#### Jamón Virginia

Jamón de cerdo procesado al estilo Virginia, elaborado de la pierna de cerdo y ahumado. Un producto práctico y acompañado de un sobre con una nueva salsa de albaricoque.



#### Trocitos de carne de Cerdo

Los nuevos Trocitos de carne de Cerdo para tamal, vienen de la mejor selección de carne magra del cerdo. Son empaquetados al vacío para mantener su calidad y frescura. Ideal para prepararse sofritos o cocidos.



#### Lomito Navideño

Delicioso lomo de cerdo ahumado, es un corte magro ahumado artesanalmente con la mejor selección de maderas nobles. Ideal para servir en la cena navideña.



#### Relleno de Cerdo Navideño

El recién llegado Relleno de Cerdo navideño ya viene preparado y sazonado para que realices tus platillos de temporada. Contiene todo el sabor del cerdo.

### Embutidos La Julia



#### Jamón Bavaria

Jamón de tipo Bavaria, elaborado con carnes seleccionadas de calidad. Contiene verdadera carne de cerdo. Ideal para hacer todo tipo de empaquetados.



#### Mortadela

Deliciosa mortadela elaborada con carnes especiales para obtener un producto suave y de buen sabor. Puedes usarla para cocinar tus platillos preferidos para el desayuno o la cena.



#### Hot Dog

Hot Dog elaborado con carnes seleccionadas 100% de nuestra línea de calidad y sabor. Este producto encantará a grandes y chicos, preparado a la parrilla.



#### Extremeño

Delicioso extremeño con el sabor típico y el delicioso sazón picante que no podía faltar. Es ideal para incluir en las baleadas, servir con desayunos y pastas.



#### Copetín

Delicioso chorizo tipo Copetín, condimentado especialmente para tu deleite. Ideal para acompañar un huevo frito revuelto, desayuno típico o las famosas baleadas.





# RES TOP BEEF

## Empacados en Atmósfera Modificada MAP



### Carne de Res para Asar Premium

Tajo de res cortado en tiras tipo asar. Es un corte con el marmoleo perfecto para preparar al asador y de textura jugosa.



### Fajitas de Res

Tajo de res finamente cortado en fajitas. Es un corte ideal para preparaciones rápidas y sencillas; pueden ser preparadas en unas quesadillas, taquitos o un guiso.



### Molida de Res Súper Especial

Tajo de res molido, posee un 20% de grasa y es ideal para tortas para hamburguesa, en salsas, guisos y con pastas.



### Carne de Res Picada a mano

Tajo de pierna de res finamente picado. Este producto es ideal para preparar tacos mexicanos o fritos de tortilla de maíz, al igual que preparar guisos.

## Carnes Marinadas



### Asar de Res

Exquisita carne de res cortada en tiras tipo asar, con un delicioso sabor a especias, comino y ajo. Para hacer a la plancha o al grill.



### Carne de Res Mano de Piedra

Es un corte magro de textura sólida, sus cocciones son largas y es ideal para preparar platillos como el salpichón. También es perfecto para cocinar en salsas.



### Costilla de Res Short Rib

También conocido como asado de tira, es un corte que proviene de la costilla de la res. Posee un exquisito marmoleo, es una costilla alargada ideal para asados.



### Tajo Molido de Res Premium

Es una tajo magro que ha sido molido y contiene menos del 5% de grasa. Es perfecta para preparar tortas, albóndigas y el famoso pastel de carne al horno.



### Tortas para Hamburguesa de res

Exquisita torta de res, elaborada con la mejor calidad de recorte de carne. Es la mejor opción para unas prácticas hamburguesas.



### Bistec de Res

Carne de res fileteada tipo bistec con un exquisito marinado de especias y sal; ideal para preparar en guisos o a la sartén.



### Medallón de Lomo de Res

Es un corte de res bastante suave y sin mucho marmoleo, se cocina rápidamente y sin endurecerse.



### Puyazo de Res

Es un corte de res suave, especial para cocinar a la parrilla, su borde de grasa se dora ligeramente sacando todo su sabor hacia la carne.



### Solomito de Res

Es un corte muy tierno de res para asar con poca grasa y que se separa con toda facilidad del músculo.



### Carne de Res en Trocitos

Es un corte con muy poca grasa y fibra intramuscular, es extraído de la paleta de res. Pieza ideal para preparar en guisos, salsas y caldos.



### Fajitas de Res

Carne de res en corte tipo fajitas con un exquisito marinado de especias y sal, ideal para acompañar con vegetales o tortillas.



### Churrasco de Res

Es la pieza de la falda cortada transversalmente, con un grosor aproximado de uno o dos centímetros. Ideal para preparar a la plancha.



### Carne de Res para Bistec Premium

Proviene del lomo liso, es un corte suave y versátil que puedes preparar a la parrilla, a la plancha o en un guiso.



### Tajo de Res Milanesa

Es un corte de res muy tierno y rendidor, de buen tamaño y sabor, su principal cualidad es la suavidad en su mordida.



### Master Burger de Taylor's Choice

Torta de res para hamburguesa elaborada con la mejor selección de brisket, chuck y ribs.



### Pecho de Res

De la parte frontal de la res, este corte tiene a un lado una tapa de grasa. Para estofados, hacer al horno o en olla de cocción lenta.

## Cortes frescos



### Filete de res

Es la pieza más suave de la res, magra e ideal para preparaciones gourmet. Perfecto para cocinar a la plancha o a la parrilla al término deseado.



### Filet mignon

Es la pieza proveniente del extremo del lomo de res, uno de los cortes más premium de res. Prepáralo a la sartén en salsas.



### Lomo de res

Es un corte con muy poco contenido de grasa y además de consistencia suave, se puede usar en platillos a la parrilla, al horno, en salsas o guisos.

# PROGCARNE®

¡Nuestro cerdo *Sí* es bueno!™

La Navidad es un buen motivo para compartir con la familia.....



Adquiere en los principales supermercados o a través de nuestro sitio de compras en línea:

 **PROGCARNE**  
delivery  
delivery.progcarne.com

 **2580-1525**  
SERVICIO AL CLIENTE  
 progcarne.com

Progcarne  


# PROGCARNE

¡Nuestro cerdo *Sí* es bueno!™

**ENVÍO GRATIS**  
**COMPRA DESDE CASA CUANDO LO DESEES**  
**ENTREGA EN 24 HORAS**  
**SIN SALIR DE CASA**



[delivery.progcarne.com](http://delivery.progcarne.com)



Una marca más de:



  
**GUANGOLOLA**  
PARQUE AGROINDUSTRIAL