

# CHALUPAS POBLANAS

---



Las **chalupas** son uno de los **antojitos** tradicionales de Puebla y que se consumen especialmente los fines de semana o como comida típica durante la celebración de la Independencia de México.

Este platillo consiste en una pequeña tortilla frita en aceite o **manteca** sobre la que se vierte salsa verde o roja, pollo o carne de res **deshebrada** y cebolla.

Actualmente pueden encontrarse en restaurantes, ferias y **kermeses**, suelen despacharse en órdenes de cinco o cuatro chalupas.  
a través de su arte.

El origen de las chalupas no es muy claro. La historia dice que esta es una receta inventada por los frailes quienes utilizaron restos de pollo y los mezclaron con un poco de masa de maíz. Sin embargo, sintieron que la mezcla resultante estaba seca por lo que agregaron salsa y **rebanadas** de cebolla.

La chalupa proviene de los pequeños barcos o canoas que los mexicas usaban para navegar en los canales y **chinampas** de la capital de Tenochtitlán en tiempos prehispánicos.

Otros aseguran que la expansión de la tradición nació a las orillas del **cauce** del río de San Francisco, el cual se ubicaba en el centro de la capital poblana.

Su nombre fue adoptado cerca de 1930 y que su origen en realidad, es vasco, proveniente de la palabra txalupa.

Independientemente de su procedencia, las chalupas se han consolidado como un antojito representativo no sólo de Puebla sino también de la gastronomía mexicana, pues se ha convertido también en un antojito tradicional de los estados de Hidalgo, Estado de México, Ciudad de México y Guanajuato.

## Ingredientes

Masa para tortillas - 500 g	Cilantro - 50 g
Pechuga de pavo deshebrada - 300 g	Cebolla blanca - 1
Falda de cerdo deshebrada - 300 g	Dientes de ajo - 4
Manteca de cerdo - 200 g	Chile serrano - 2
Tomate verde - 250 g	Chile Morita - 2
Jitomate - 250 g	Sal
	Pimienta negra molida

## Preparación:

**Hierve** los tomates y los jitomates por cinco minutos. Recuerda que puedes hacerlo en la misma cacerola. Luego **escúrrelos** y déjalos enfriar.

Licúa los tomates verdes, junto con el cilantro, media cebolla, 2 dientes de ajo, 2 chiles serranos, sal y pimienta. Busca siempre que la mezcla sea homogénea.

Lava y **enjuaga** bien la licuadora.

Licúa los tomates con 2 chiles morita, media cebolla 2 dientes de ajo, sal y pimienta.

Haz bolitas de 3 centímetros de diámetro con la masa. **Aplánalas** y haz tortillas pequeñas. Luego fríelas perfectamente en manteca.

Esparce en cada tortilla un poco de salsa, así como la carne deshebrada y un poco de cebolla picada.

Tus chalupas poblanas están listas para comerse.

## Español / Inglés

**chalupas** / appetizer of Puebla, Mexico  
**antojitos** / cravings, appetizers  
**fines de semana** / weekends  
**manteca** / lard, animal fat  
**deshebrada** / shredded meat  
**kermeses** / outdoor festival, open-air festival  
**rebanadas** / slices  
**chinampas** / man made small pieces of land surrounded by water  
**cauce** / course  
**masa** / dough  
**hierve** / boil  
**escúrrelos** / drain, strain  
**enjuaga** / rinse  
**aplánalas** / flatten

Spanish Institute of Puebla  
11 Oriente #10, Centro Histórico Puebla, Puebla 72000.  
Tels: 1-800-554-2951 (USA & Canada)  
+52-222-242-2062 (Other Countries)  
info@sipuebla.com