



Luis y Gilda Pineda, Sergio y Esther Iturribarría, Laura y Alejandro Iturribarría, Sergio y Tita Ávila, Fátima de Ulloa y Vicky de Pablos.



Carmen Peralta de Tapia, presidenta de la institución de beneficencia, entregó un reconocimiento a Gloria Becerra por 15 años de servicio ininterrumpido con Ceforma.

PREPARAN Y APOYAN A LA MUJER

CELEBRAN decimoquinto aniversario

Evento
Festejo de aniversario del Centro de Formación para la Mujer, I.A.P.
Lugar
Área común de residencial La Rioja Norte

HERMOSILLO Se sumó otro año de logros para el Centro de Formación para la Mujer (Ceforma), que prepara en distintos oficios a mujeres en situación de pobreza y vulnerabilidad para que puedan superarse. El acontecimiento se celebró con una cena de agradecimiento para el staff de voluntarias y amigos que respaldan con sus esfuerzos esta causa.

TEXTOS ISABEL VEGA | FOTOS ARMANDO CASTELLANOS



Alyna Cárdenas, Denisse Ramos, Mónica Vindiola, Beatriz Paredes y Cristina Seldner.



Bello ramillete de damas que forman parte de Ceforma.

Salmón con mostaza y red pepper



DOLORES PLATT

Esta receta para hacer salmón a la mostaza es una de las formas más ricas y sencillas de preparar delicioso pescado en casa, ¡anímate a hacerla! La mezcla de sabores de la mostaza con el picante les encantará a todos. Puedes acompañarlo de verduras al vapor o guisadas, arroz/pasta/papa, etc. ¡Manos a la obra!

PASO A PASO

- 1 Untar mostaza en los filetes de salmón, por los dos lados.
- 2 En una sartén caliente agrega ½ cucharadita de aceite de oliva y poner a cocinar el salmón con sal y pimienta y espolvorearle el chile quebrado por un lado.
- 3 Cocinarlo de 5 a 6 minutos (por lado) y al voltearlo ponerle un poco más de chile quebrado. ¡Listo! ¡Bon appétit!



MATERIALES

- Porciones: 2 personas
- 2 filetes de salmón
 - ½ cucharada de mostaza normal o Dijon
 - ½ cucharada de chile quebrado (red pepper)
 - Sal y pimienta
 - Aceite

CORTESÍA/EXPRESO