EJEMPLAR GRATUITO

ORGULLOSO PATROCINADOR DE LOS HOUSTON ASTROS™

TAQUERIAS Arandas EST. 1981

Año 3 / Número 32 / Septiembre / 2022

Tenemos ganadora del vestido

Diademas para Día de Muertos

CEMPASÚCHIL DELICIA DE MUERTOS

Mixquic,
Ciudad de México

ORGULLOSO PATROCINADOR DE LOS HOUSTON ASTROS™

Arandas Sports Bar

TAQUERIAS ARANDAS®
¡Sabroso...sabrosito!

OSTIONERIA ARANDAS SEAFOOD
OYSTER BAR & GRILL

TAQUERIAS Arandas
EST. 1981

ARANDAS Bakery®

ARANDAS Bakery express

DESDE MI ESCRITORIO

Ha sido un gran septiembre donde sucedieron cosas muy especiales.

Tuvimos un gran viaje y visita a la casa hogar que Arandas Foundation sostiene, ahora con 103 niños viviendo ahí. Cada uno tiene su propia historia y, simplemente, llenan nuestros corazones de alegría, ya que pasamos un buen tiempo de calidad con ellos.

Además, hicimos una promoción en conjunto con Coca Cola. Utilizamos la esquina de Coca Cola en Minute Maid Park y obsequiamos boletos gratis a los afortunados ganadores en nuestras tiendas.

Por supuesto, la celebración será el 1 de octubre, que es la noche de Jeremy Pena Bobblehead, por lo que esperamos con ansias el juego ya que los Astros se han disparado hacia los playoffs.

En las panaderías ofrecimos nuestras Empanadas de Piña a 2X$1, que es una oferta increíble.

Estén atentos a medida que avanzamos hacia noviembre y diciembre, con algo de diversión en las tiendas. Tal vez , inclusive, una gran promoción, que involucre un automóvil nuevamente este año.

Le agradecemos su preferencia.

FROM MY DESK

It has been a great September with a lot of different things taking place.

We had a great trip and visit to the orphanage, with 103 kids now in residence. Each child has their own story, and they just fill our hearts with joy, as we spend good, quality time with them.

Also, we ran a promotion jointly with Coca Cola. We utilized Coca Cola corner in Minute Maid Park, and gave away free tickets to lucky winners in our stores. Of course, the celebration will be on October 1st, which is Jeremy Pena Bobblehead night, so we look forward to the game as the Astros have soared into the playoffs.

At the bakeries, we offered our Empanadas de Pina at 2 X $1, which is an amazing deal.

Stay tuned as we move forward towards November and December, with some fun in the stores. Maybe even a great promotion, involving a car again this year.

We thank you for your preference.

Saludos

Rob Clair

COO Arandas Restaurants

***Rob Clair** es Chief Operating Officer de Arandas Franchises, Inc. y Arandas Restaurants, LLC.

ÍNDICE

HIGOS Y SALUD

Mamá Silvia nos comparte esta vez la receta de una ensalada de higos, fruta cargade de beneficios por sus propiesdades y, además: ¡deliciosos! Atrévete

Mamá Silvia Pág. 12

JUANITA, UNA MUJER DE CARACTER

Mujer, migrante, trabajadora, tenaz, resiliente, Juanita ha logrado estabecerse en Hoston, donde se ha demostrado que querer es poder y ser ejemplo de superación

Poder de la Mujer Pág. 17

JANITZIO: TRADICIÓN DE MUERTOS

La capital mundial del Día de Muertos por su tradicional celebración en el lago de Janitzio. No puedes perderte esta festividad que marca a Michoacán a lo largo del planeta

Viajes Pág. 28

DIRECTORIO

Chief Operating Officer
Robert Clair
Rob.clair@arandasfranchises.com

Ejecutiva de cuenta
Ana Corona
Ana.corona@arandasfranchises.com

Editora General
Claudia Vieyra
cuermo@aol.com

Editora
Ángeles Gutiérrez

Diseño Editorial
Amelia González Q.

Colaboradores
María Castro, JCRG-Jennifer González, Montse Peregrino Jesús Castillo Sofia Erreguerena Daniel Martín
Colaboración especial

ACERCA DE NOSOTROS Arandas Magazine nace en 2020 con una misión: difundir información bicultural (México-Houston) orientada a la preservación de la familia, costumbres y tradiciones, narrados con ¡orgullo mexicano!

Contáctanos: cuermo@aol.com **Anuncios**: Ana.corona@arandasfranchises.com

ARANDAS Bakery
¡YA ESTÁN AQUÍ!
Sabroso, sabrosito...
Pan de muerto
recién horneado
para ti

PORTADA

www.taquerias arandas.com

CEMPASÚCHIL ¡se come!

La flor mexicana de los muertos es parte de la nueva cocina mexicana; pruébala en bebidas calientes, helados, etcétera

"La flor del cempasúchil solo florece en la época de lluvias y son los días 1 y 2 de noviembre donde se aprecia mejor su colorido y su perfume, que es cuando inundan los panteones y ofrendas de muertos.

Por Montse Peregrino

ESTA FLOR MEXICANA ORIGINALMENTE LLAMADA CEMPOHUALXOCHITL, significa, en náhuatl "veinte flores"o "varias flores".

La tradición de usar esta olorosa flor como parte esencial de las ofrendas mexicanas para los muertos viene desde nuestros antepasados, los mexicas.

La tradición marca hacer senderos con las flores de cempasúchil, desde el camino principal hasta el altar de la casa con la finalidad de guiar a las almas hacia los altares.

Esta planta, además de adornar bellamente los altares de nuestros difuntos, ha tenido y tiene muchos usos.

De color naranja brillante y muy lucidora siempre ha sido utilizada en la cocina..

DÓNDE SE PRODUCE

En México los principales lugares donde se siembra son los estados de México, Guanajuato, Hidalgo y Michoacán, quienes cuentan con las mejores condiciones de suelo y clima para su producción.

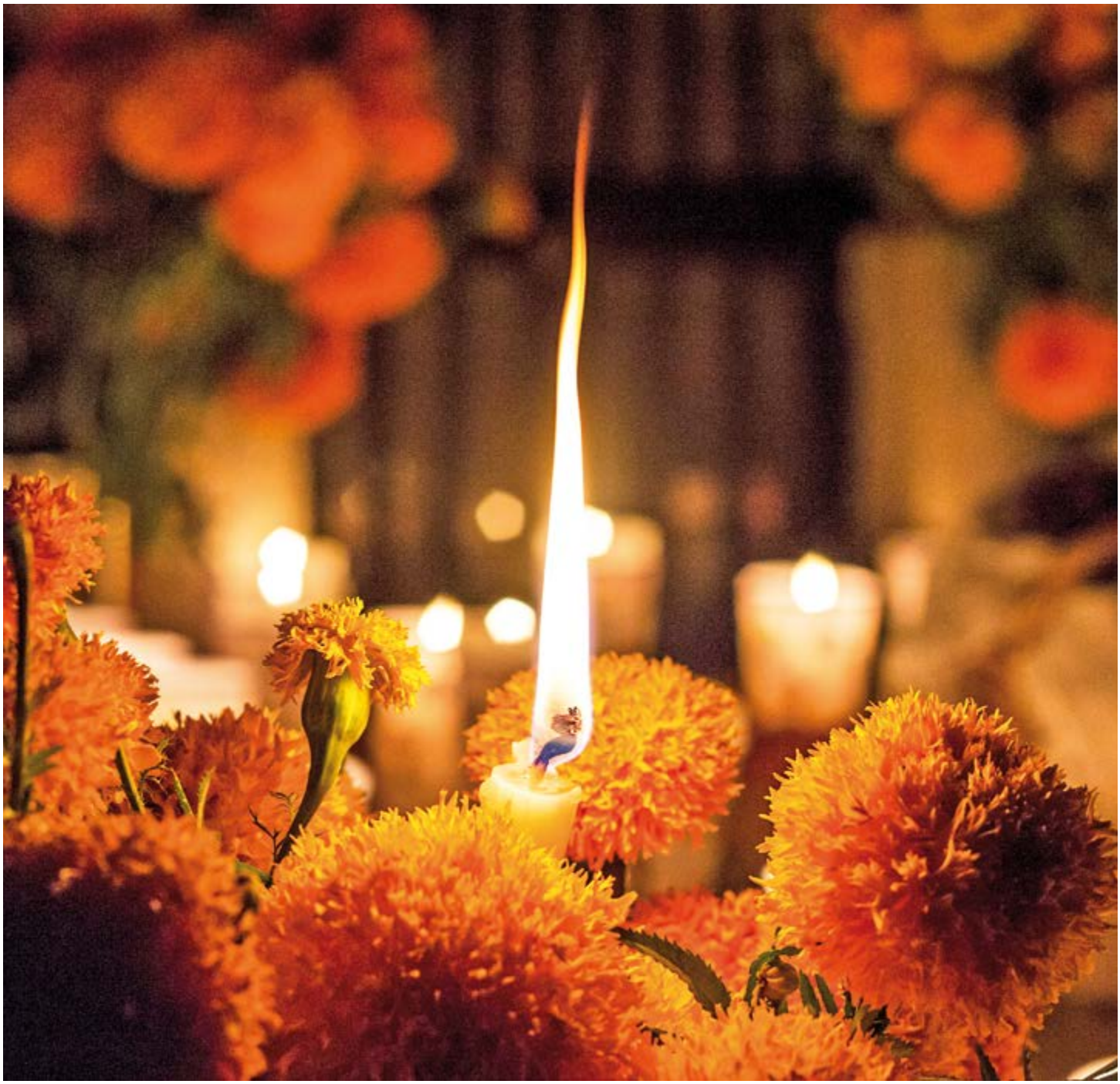
Da vuelo a tu imaginación, lava y desinfecta las hojas de cempasúchil y elabora ricos platillos. Y si puedes mándanos tu receta para que la publiquemos a Ana.corona@arandasfranchises.com

USOS CULINARIOS

Las propiedades de esta flor y su exquisito y característico sabor, han hecho que se use en una infinidad de guisos de la llamada "nueva cocina mexicana", como es el atole de cempasúchil, que en pocos años se ha puesto en los primeros lugares de popularidad para el Dia de Muertos.

Los pétalos suelen utilizarse en la elaboración de salsas, sopas y guisados. Solo debes asegurarte de que sean aptos para tu consumo, lavarlos bien y echar a volar tu imaginación para crear increíbles platillos. También se usa en postres, paletas, helados, mermeladas, pan, bebidas alcohólicas y no alcohólicas.

El cempasúchil era considerada por los mexicas como un símbolo de vida y muerte, pero, además, de adornar nuestros altares es comestible



USOS DEL CEMPASÚCHIL POR LOS MEXICAS

Alivia los males de estómago, como vómito, indigestión y diarrea. Por su fuerte olor y colorido, sirve como guía de los muertos en su camino al altar.

SU USO MODERNO

- Es un elemento indispensable en altares de muertos
- Dar color a textiles
- Elaborar insecticidas
- Algunos medicamentos
- Usos Culinarios

Orgullo Arandas

Viajamos hasta Jesús María, Jalisco, a visitar la Casa Hogar San Francisco de Asís y la Niña Milagrosa –sostenida por Fundación Arandas– te sorprenderá la labor que realizan con niños y jóvenes en situación vulnerable.
Además, te llevamos a las raíces de Grupo Arandas, en la más hermosa ciudad del país.

Casa Hogar
San Francisco de Asís
y la Niña Milagrosa A.C.
Jesús María Jalisco.

¡NO TE PIERDAS NUESTRO PRÓXIMO NÚMERO!

www.ArandasFoundation.com, www.FundacionArandas.com

EL RINCÓN DE MAMÁ SILVIA

Es una fruta de finales de verano y principios del otoño. Ideal comerlo en esta temporada fresco y jugoso; o a lo largo de todo el año seco o en dulce.

Higo

FRUTA PERFECTA DEL VERANO-OTOÑO

Un espacio donde cada consejo es como una carta de amor

LOS HIGOS TIENEN LA FAMA DE SER UN FRUTO VERSÁTIL Y MUY DULCE. Lo que no sabemos es todas sus propiedades nutricionales, fresco, seco, cristalizado o en almíbar; además, delicioso y refrescante en esta época de calor, ayuda a tu salud de muchas formas.

Tienen un sabor único; es dulce, de textura suave y a la vez crujiente, tienen una piel delgada y su color depende del tipo de higo: pueden ser verdes, morados, azules y negros, que son los más comunes.

EXCELENTE PARA DEPORTISTAS

Por su alto contenido en azúcares naturales, agua y fibra, es una de las mejores formas de recuperar la energía después de un entrenamiento donde se sudó mucho, como caminar en calor, corer o andar en bicicleta.

IDEAL PARA LA DIETA

Es una fruta perfecta, igual que el plátano, para añadir a la dieta cuando tu objetivo es bajar de peso gracias a sus pocas calorías. Ayuda a controlar el peso puesto que tienen un efecto saciante con pocas calorías y no contiene un aporte excesivo de azúcar.

EFECTO LAXANTE

Tanto frescos como secos, contienen 2.5 gramos de fibra que favorece el tránsito intestinal, por lo que es uno de los mejores alimentos laxantes para combatir el estreñimiento.

SALUDABLE PARA EL CORAZÓN

Su alto contenido en vitamina A y aceites omega, convierten al higo en fruta que fortalece al corazón, puede ayudar a controlar la presión arterial y los niveles de colesterol por su alto contenido en potasio.

Así queridos amigos, hay muchas razones para sentarse con la familia a endulzarse la vida con esta deliciosa fruta.

Con amor

Mamá Silvia

Alimento superdigestivo

ESTA TEMPORADA, cuando ya comienza el otoño, muchas personas padecen de estreñimiento, porque se reseca el ambiente y la cantidad de agua que tomamos se reduce. Una ensalada de higos y lechuga con aderezo caliente puede venirnos estupendo para aliviarnos este malestar.

Es verdaderamente deliciosa y fácil de hacer. De pequeña soñaba con esta ensalada, mi abuela la servía con el aderezo caliente, justo en esta época del año que la temperatura empieza a bajar.

Cuando yo era pequeña, no había probióticos en pastillas y si existían, nadie hablaba de ellos. Recuerdo el árbol de higos de la casa de mi abuela. Ella los cocinaba en dulce y nos los hacía té y esta ensalada que les comparto. Siempre estábamos sanos del estómago.

Les comparto, queridos amigos la receta que ha acompañado a mi familia por generaciones.

Ensalada dulce de higos, lechuga y pistaches

INGREDIENTES
(4 porciones)

- **8 hojas de lechuga orejona,** romana o escarola (yo la hago con escarola), bien lavada.
- **4 higos** en rebanadas
- **20 pistaches** pelados
- **Queso de cabra** (opcional, yo no lo uso porque es más saludable sin queso, pero he de confesarles que con unos trocitos del de cabra es espectacular.
- **Aliño caliente** (ver receta más adelante)

MANERA DE PREPARARSE:

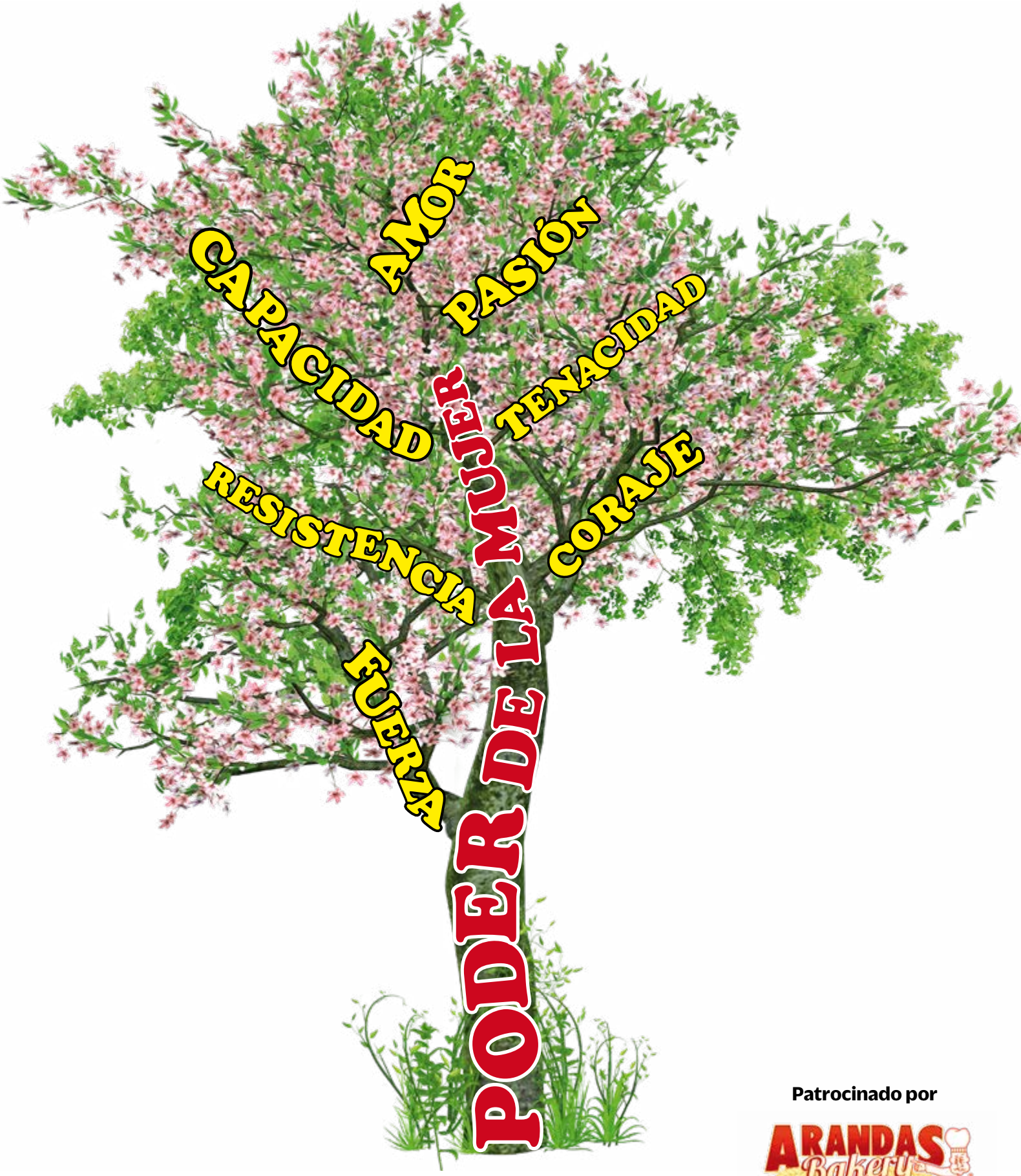
- Distribuir las hojas de lechuga en 4 platos de ensalada, colocar encima un higo rebanado y cinco pistaches cortados por la mitad.
- Rociar con el aliño caliente y agregar sal y pimienta si fuera necesario.
- Añadir al final queso en cuadritos.

ALIÑO CALIENTE

- **1/3** de taza vinagre balsámico (de preferencia de reducción)
- **2/3** de taza de aceite de oliva
- **Oregano**
- **Una pizca** de mostaza
- **1 cucharadita** de miel
- **Sal** y pimienta

- Mezcla todos los ingredientes en una licuadora o mixer de mano, prueba y corrige el sabor, puede necesitar más miel o sal depende de cada justo.
- Justo antes de servir, calienta por 35 segundos en el microondas y sirve en la ensalada.

Ahora ya saben uno de mis secretos, espero queridos amigos que disfruten esta ensaladita caliente tanto como yo durante toda mi infancia y la compartan con los que más quieren.



Patrocinado por

ARANDAS Bakery

Juanita: resiliencia y carácter

Juana María Garcia, gerente de la Ostioneria Arandas nos comparte su fórmula para ser feliz y triunfar en la vida y el trabajo.

ORIGINARIA DE MATEHUALA, SAN LUIS POTOSÍ, MÉXICO, desde jovencita ayudaba con el gasto familiar. Durante muchos años trabajó en la casa de una mujer lejos de su hogar, lo que demostró su firmeza de carácter desde muy joven.

Por Jessica González

¿Juanita, por qué te viniste a Texas?
Siempre me ha gustado conocer más y más, y progresar. Soy de personalidad muy inquieta y trabajadora, positiva y no conozco el miedo.

Con mi patrona en Monterrey estuve tres años y estando ahí mi hermana me insistió en venirme para acá. Yo en ese entonces tenía 23 años y me sentía invencible como el mar.

¿Cuando llegaste a Houston?
Un buen día, y sin pensarlo mucho, mi cuñado vino por mi. Yo estaba muy emocionada y en pocos días llegamos a casa de mi hermana, quien tenía seis hijos. No me sentí nunca sola, pues la compañía de mi sobrinos y la de mi hermana me tenía distraída.

Todo era nuevo para mi! Y me lancé a conseguir trabajo.

¿Cómo llegaste a Ostionería Arandas?
Mi comadre me recomendó, pues ella trabajó ahí. Por esos días inauguraron la Ostionería y me contrataron.

¿Cuál era tu puesto?
Cuando llegué limpiaba las mesas. Tengo la cualidad que soy muy transparente y honesta y creo que la gente se da cuenta, porque me enseñaron a ser cajera. El gerente, quien usualmente se ocupa en la caja, me fue guiando poco a poco. Así que a veces que él no estaba a mi me asignaba el trabajo.

> "Agradezco a mis patrones por el trabajo todos estos años y la confianza que han depositado en mí de todo corazón"

Las compañeras y compañeros me decían que me fuera de mesera y yo no quería, "de mesera no", les decía; " siempre se andan peleando por las propinas" y a mi no me gusta eso.

Pero finalmente sí me fui por una temporada de mesera.

¿Cómo llegas a gerente del turno de la noche?

Cuando trabajé como mesera, ayudaba en la caja eventualmente. Recuerdo que Don José (QEPD) y Doña Silvia me decían: "Venga esa mano trabajadora" y eso salió porque a veces Don José llegaba a comer a la ostionería y siempre, siempre me encontraba trabajando.

Don José y Doña Silvia han sido muy bondadosos conmigo. A veces son mi motor cuando estoy cansada.

¿Cómo llegas a gerente?

El gerente se retiró unos días por motivos de salud y me dijo que si lo podía cubrir en caja, y claro que hice mi mejor esfuerzo.

Él ya no pudo continuar trabajando y me dieron el cargo a mí. Desde hace cuatro años trabajo como gerente de la noche en la ostioneria.

¿Cuál ha sido la clave de tu éxito?

Ser positiva, trabajadora y honrada. Me gusta ayudar a los demás y que mejoremos juntos, por ello siempre trato de ayudar en el trabajo a quien me lo pide.

¿De dónde sacaste esos valores?

De mis padres. Ellos son personas muy buenas, mi mamá, por ejemplo, cuidó de sus padres siempre con un gran gusto, sin quejas, al contrario, llenándolos de bendiciones.

¿Qué te mueve a seguir luchando por superarte?

Quiero estar mejor y ser un ejemplo para mi hija, como mis padres fueron para mí.

Cuando a veces estoy cansada recuerdo las palabras de Don José (QEPD) "Venga esa mano trabajadora" y de verdad que se me quita el cansancio.

"Me gustaría dedicar esta entrevista a un ángel que tengo Çen el cielo, mi hermano Rigo, quien acaba de fallecer. Descansa en paz"

TENEMOS *ganadora*

Maggie fue la afortunada joven Ganadora del vestido de 15 años, cortesía de Arandas Bakery

Por Jessica González

MAGGIE PATIÑO, JOVEN ORIGINARIA DE GALVESTON, TEXAS, nos cuenta su experiencia de haber ganado el vestido de quinceañera.

¿Cómo te enteraste de la rifa del vestido?
A mi mamá le encantan el bolillo y las conchas de Arandas Bakery; a mi las orejas. Fuimos a comprar pan a la Bakery no. 3 y cuando estábamos pagando vi la papeleta para participar en el sorteo. La llené y al cabo de un par de semanas me llamaron de la oficina general de Arandas informándome que resulté ganadora.

¿Que sentiste cuando te anunciaron que tú eras la ganadora?
Al principio creí que era una estafa. Cuando me di cuenta que estaban hablando de verdad de Arandas, me dió una emoción muy grande. El vestido se ve muy hermoso.

¿Cuándo lo vas a usar?
Se lo voy a regalar a mi hermana, ahora que cumpla sus XV años.

Arandas Bakery felicita a Maggie Patiño y ¡le desea que todos sus sueños se hagan realidad!

ARANDAS Bakery

1 **5307 Airline Dr, Houston**, Tx 77022
713-649-1813

2 **8331 C Beechut St, Houston**, 77036
713-771-3616

3 **9803 Gulf Fwy, Houston**, Tx 77034
713-941-0100

4 **11919 Eastex Fwy, Houston** Tx 77039
281- 227- 3600

5 **1906 N Frazier St. Conroe**, Tx 77301
936-760-6677

ARANDAS Bakery express

1 **13807 SH 249, Houston**, Tx
832-850-7006

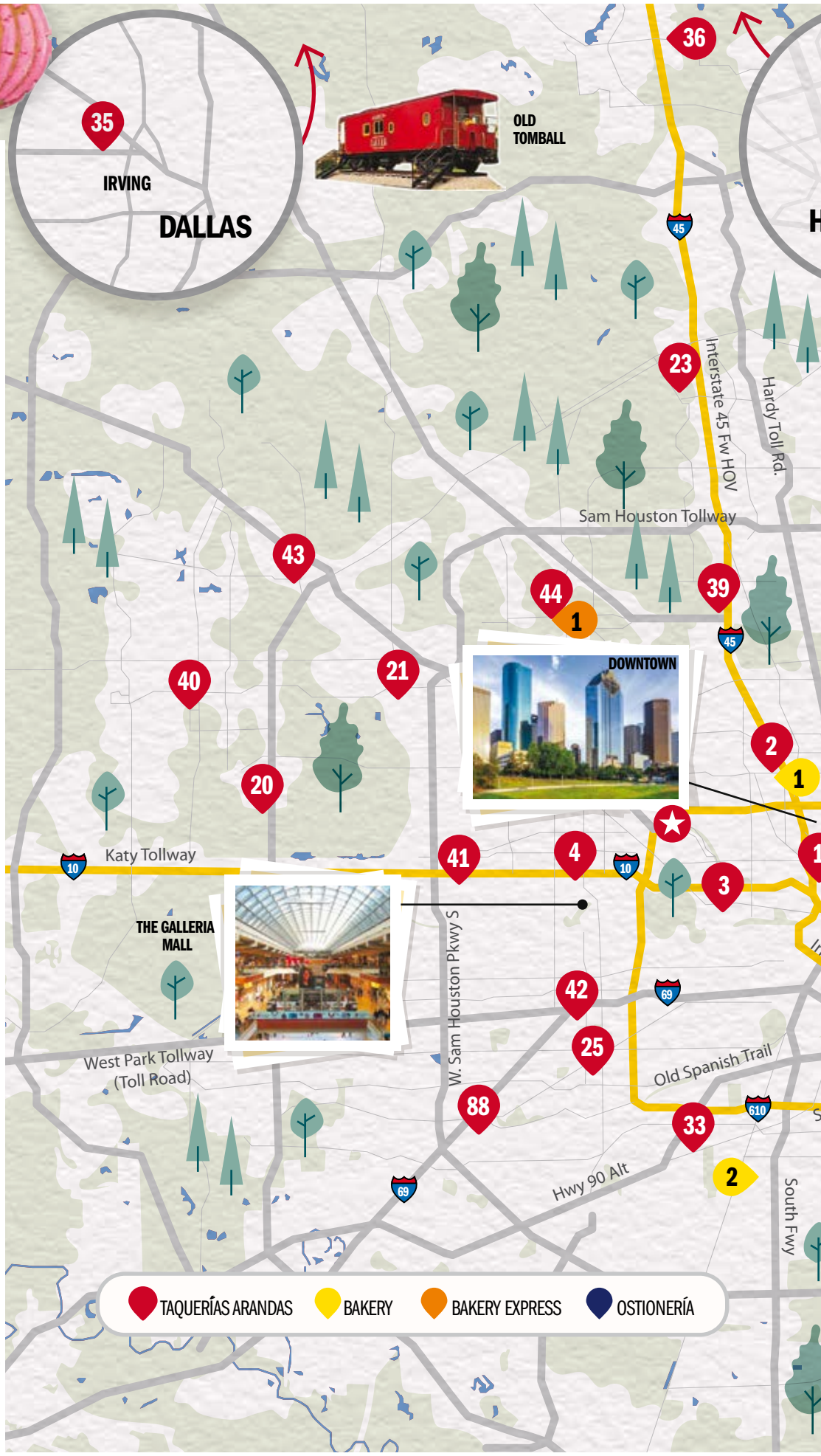
ARANDAS BAKERY

OSTIONERIA ARANDAS SEAFOOD OYSTER BAR & GRILL

1 **10511-East Fwy Houston**, TX 77029
713-673-5522

ARANDAS FRANCHISE

★ **2525 N Loop W**
610 Houston, TX 77008
713-691-3373



1 **4601 Irvington Blvd. Houston**, TX 77009
713-699-2415

2 **5826 Airline Dr. Houston**, TX 77076
713-697-0385

3 **920 N. Shepherd Dr. Houston**, TX 77008
713-426-0804

4 **1840 Wirt Rd. Houston**, TX 77055
713-681-1019

12 **10403-A S. Gulf Fwy. Houston**, TX 77034
713-910-2905

14 **5931 Gulf Fwy. Houston**, TX 77023
713-923-1433

15 **920 Uvalde Rd. Houston**, TX 77015
713-451-6800

16 **1816 S. Texas Ave. Bryan**, TX 77802
979-822-5533

18 **3912 Garth Rd. Baytown** TX 77521
832-695-2840

20 **4228 Hwy 6 N. Houston**, TX 77084
281-463-0099

21 **16822 Northwest Fwy. Jersey Village**, TX 77040
832-243-0873

23 **231 FM 1960 Rd. West Houston**, TX 77090
281-440-3377

24 **11929 Eastex Fwy. Houston**, TX 77039
281-442-9700

25 **5560 Gulfton St. Houston**, TX 77081
713-839-0090

27 **1837 N. Main St. Pearland**, TX 77581
281-412-4165

32 **19740 US-59 North. Humble**, TX 77338
281-446-2500

33 **9401 S. Main St. Houston**, TX 77025
713-432-0212

35 **1225 West Airport Fwy. Irving**, TX 75062
972-258-0789

36 **25598-A I-45 N-Spring**, TX 77386
281-419-3582

39 **10739 North Fwy. Houston** TX 77037
281-272-1556

40 **18037 FM 529 Ste. A Cypress**, TX 77433
832-427-5688

41 **1630 Gessner Rd. Houston**, TX 77080
713-468-7700

43 **13802 Fleur De Lis Blvd. Cypress**, TX 77429
832-604-6690

44 **13807 SH. 249**, Houston TX
832-850-7006

45 **2828 Southmore**, Pasadena Tx
832-767-4633

46 **Minute Maid Park,** Houston, Tx
PASILLO 116 Y 320

88 **8111 S Gessner Rd. Houston**, Tx 77036
832-649-8060

89 **112 Hwy 146 Suite G La Porte**, TX 77571
281-470-0455

1906 N Frazier St. Conroe, Tx
¡YA ABRIMOS!

MENÚ TAQUERÍAS ARANDAS

10 superbeneficios de tomar agua

Beber líquidos es indispensable para sobrevivir, te decimos algunos de los beneficios que conlleva ingerirla

Por María Castro

EL 70 % DE LA COMPOSICIÓN DE NUESTRO CUERPO ES AGUA, elemento indispensable para mantenerlo sano porque, además de limpiar el organismo y eliminar las toxinas, es un eficaz vehículo para transportar las vitaminas y sales minerales que necesitan nuestras células.

De acuerdo con la fundación española Aquae, beber agua nos permite tener una salud de hierro, ya que la hidratación del organismo es fundamental para que se desarrollen correctamente muchos procesos que tienen que ver con la salud y permite que el organismo realice la mayor parte de sus funciones vitales.

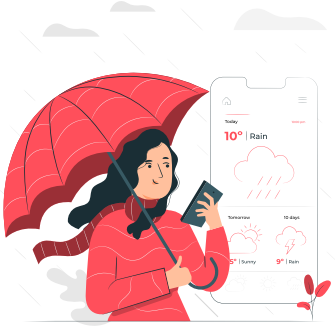
Aunque no hay una respuesta precisa sobre cuántos litros de agua hay que beber al día, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomiendan consumir entre un litro y medio y dos litros diariamente.

1. Alivia la fatiga. El organismo usa el agua para eliminar toxinas y productos de desecho que no necesita. Cuando hay menos líquido en el cuerpo, el corazón tiene que trabajar más para bombear la sangre oxigenada a células y otros órganos principales, y eso puede causar fatiga. Además, al acercarse a un estado de deshidratación, el organismo disminuirá el rendimiento muscular, lo que provoca esa sensación de cansancio.

2. Evita el dolor de cabeza y las migrañas. En la mayoría de los casos, los dolores de cabeza y migrañas son por deshidratación. Beber agua elimina estas molestias, que también pueden darse en otras partes del cuerpo como la espalda.

3. Ayuda en la digestión y evita el estreñimiento. Cuando be. bemos suficiente agua aumenta la tasa de metabolismo, es decir, los alimentos que consumimos se descomponen apropiadamente. De esta forma, uno de los beneficios de beber agua en ayunas es ayudar a que el sistema digestivo funcione correctamente, previniendo el estreñimiento y mejorando la digestión, lo que a su vez repercute en la prevención de enfermedades y en una mejor calidad de vida.

4. Ayuda a mantener la belleza de la piel. Repone los tejidos de la piel, así como su hidratación y el aumento de la elasticidad. También ayuda con las cicatrices, acné, arrugas y otros síntomas de envejecimiento.



5. La termorregulación, otro beneficio. Las propiedades térmicas del agua y su capacidad para liberar el calor del cuerpo cuando el sudor se evapora de la superficie de la piel son de gran ayuda en el mantenimiento de la temperatura corporal durante todo el día. Mantener nuestra temperatura corporal bien regulada nos hará sentir con más energía.

6. Reduce el riesgo de cáncer. Hay evidencia que sugiere que beber mucho líquido, principalmente agua, puede reducir el riesgo individual de padecer cáncer de vejiga, según la American Cancer Society. Y es que otro de los beneficios del agua es que una hidratación adecuada repercute en el correcto funcionamiento de los riñones y del sistema inmunológico y digestivo.

7. Mejora el sistema inmunológico. Los beneficios de tomar agua permiten al organismo luchar contra enfermedades como la gripe y contra los ataques al corazón, según la OMS. También contribuye de forma importante frente a otros problemas de salud como el reumatismo, la artritis, los cálculos renales, etcétera.

8. Reduce el riesgo de problemas cardiacos. En la Universidad de Loma Linda, en California, se hizo un estudio en el que participaron 20 mil personas sanas. Quienes tomaban cinco vasos diarios de agua presentaron un menor índice de problemas cardiovasculares en comparación con los que solo tomaban dos vasos diarios.

9. Resuelve el mal aliento.. El mal aliento es una clara señal de que el cuerpo necesita más agua. La saliva ayuda a tu boca a liberarse de bacterias y mantener la lengua hidratada. Por esto, cada vez que tengamos mal aliento, lo primero que debemos hacer es beber mucha agua.

10. Ayuda en el control del apetito.. Ayuda a eliminar los subproductos de la grasa. Al beber agua, el estómago se llena, lo que nos hace perder un poco el apetito. El agua no contiene calorías, grasa, carbohidratos ni azúcar y es un gran reemplazo de las bebidas con alto contenido calórico. Además, beber agua acelera el metabolismo y eso ayuda al gasto de energía mediante la termogénesis.

¾ partes del cerebro y del corazón se componen de agua	**80% de los pulmones** y más 92% de la sangre es agua	**8 vasos** al día es la recomendación diaria

www.taquerias arandas.com

ÍCONOS DEL TERROR

Octubre siempre será un mes ideal para darle una repasada a las películas de terror y a sus personajes ya icónicos

Por Montse Peregrino

"FREDDY KRUEGER" L

"Freddy Krueger" llegó al cine de terror en 1984, para convertirse en uno de los personajes más populares y temidos por los niños de toda una generación. Aún cuando tiene una extensa saga, la primera parte de la exitosa franquicia conquistó las taquillas mundiales con la historia de Frederick Charles Krueger, un hombre con un pasado oscuro y tormentoso pues su madre había sido abusada sexualmente por internos de un hospital psiquiátrico.

Además, su padre, era un alcohólico abusador y quien desde niño tenía un comportamiento psicopático.

Controlando los sueños de los adolescentes, Freddy era invulnerable y omnipotente y quienes morían en el sueño nunca despertaban. Se hacía fuerte alimentándose de sus miedos y de sus almas.

"CHUCKY"

Pasan los años y Chucky siempre ocupará un lugar muy importante entre los personajes más temidos del cine de terror.

El muñeco diabólico llegó a causar terror entre la niñez y muchas otras personas con las clásicas películas de los 90.

Se creó en 1988, por Don Mancini, y fue llevada al cine el mismo año.

La cinta narra la historia de Chucky, un muñeco poseído por Charles Lee Ray, un asesino que tras cometer un delito es perseguido y acorralado por la policía; así que decide transferir su alma a un muñeco y sobrevivir.

Tras ello, inicia una su serie de asesinatos y persecución hacia las personas, convirtiéndolo en el terror de todos.

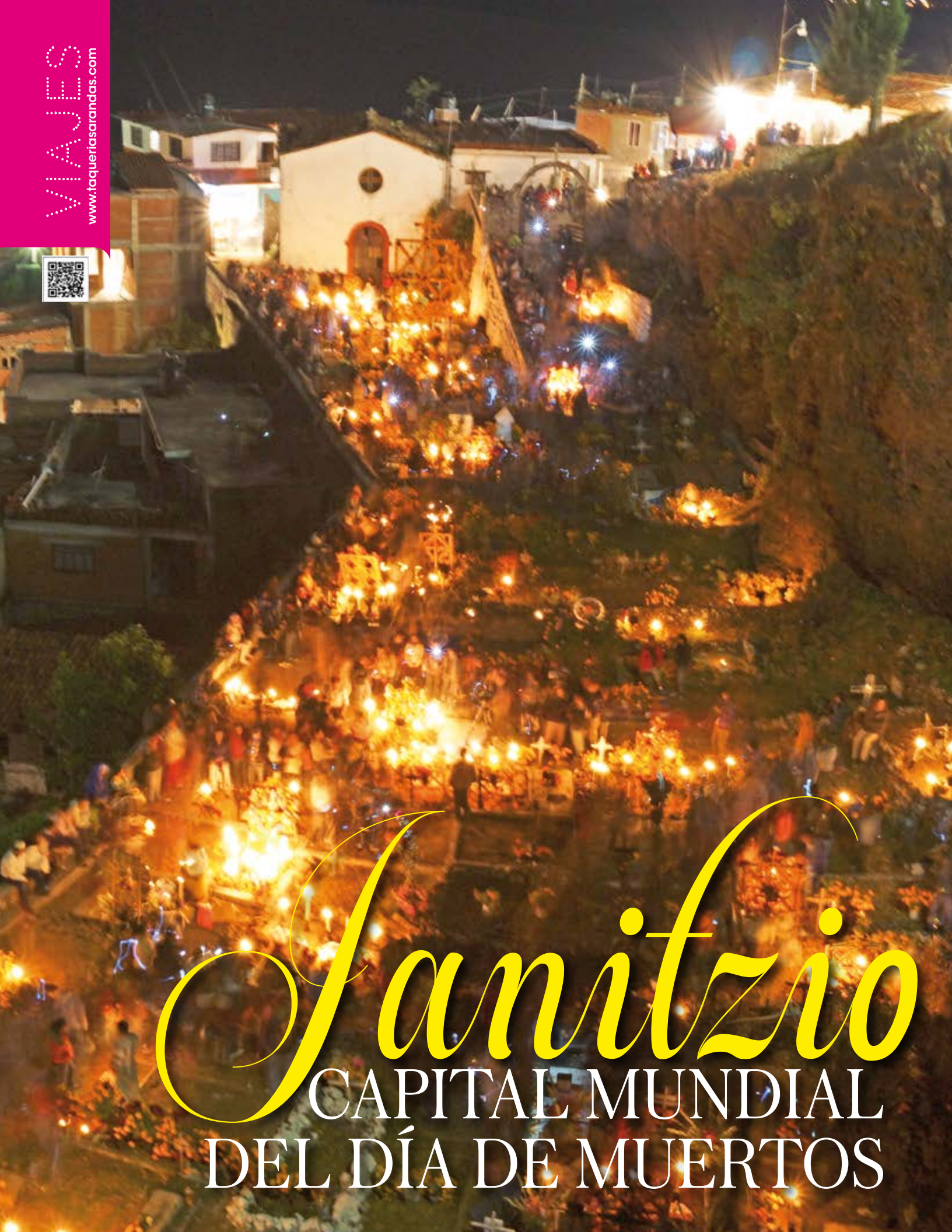
GHOSTFACE

Durante más de una década, Ghostface. el personaje de la cinta "Scream: Grita Antes de Morir" (1996) fue el disfraz infaltable del Halloween, aunque nunca pasa de moda.

El personaje es un asesino serial ficticio, creado por Wes Craven en conjunto con el guionista Kevin Williamson y la diseñadora de disfraces Brigitte Sleiertin y es el antagonista principal de la franquicia.

El personaje es principalmente mudo; apareció por primera vez en Scream (1996) como un disfraz utilizado por dos adolescentes, durante su matanza en la ciudad ficticia de Woodsboro.

Ghostface a menudo llama a sus objetivos para burlarse o amenazarlos mientras usa un cambiador de voz que oculta su verdadera identidad.



Janitzio
CAPITAL MUNDIAL DEL DÍA DE MUERTOS

Nuestro México es un país de costumbres y tradiciones. Janitzio, en Michoacán, es un ejemplo de ello

Por María Castro

SI TE CONSIDERAS AMANTE DE NUESTRAS TRADICIONES, tienes que emprender un viaje por la carretera Morelia-Uruapan, en Michoacán, y conocer la fiesta grande de Día de Muertos, en Pátzcuaro y la Isla de Janitzio, la fiesta mexicana más representativas y que nos hace famosos en el mundo entero.

A 20 minutos del muelle del lago de Pátzcuaro, en lancha, se encuentra este pintoresco lugar. Su nombre significa "Flor de elote".

La comunidad indígena que la habita ha conservado en gran parte la autenticidad de sus costumbres, como la velación de la Noche de Muertos, ceremonia en que los pescadores recuerdan a sus difuntos..

Esta isla recibe constantemente cientos de visitantes, especialmente en los primeros días de noviembre, cuando miles de personas llegan a presenciar la tradicional velación de los muertos, donde los pescadores lanzan redes e iluminan sus lanchas con velas y cirios para alumbrar el camino de sus difuntos.

Janitzio está ubicada a una altura de 2097 metros sobre el nivel del mar, lo que la vuelve en las más alta de las cinco islas que forman el lago de Pátzcuaro

"Al morir, las almas vuelan como mariposas monarcas sobre el lago de Pátzcuaro hasta la Isla de Janitzio para llegar a descansar"

LEYENDA PURÉPECHA

Durante la noche del 1 de noviembre, los pobladores navegan en pequeñas embarcaciones y canoas a la Isla de Janitzio, en donde al llegar al panteón rodean las tumbas con ofrendas, flores, pan, frutas, símbolos y recuerdos para venerar y recordar a sus seres que ya no están en este plano terrenal.

Construyen un altar, y se sientan a contemplar las luces de las velas que iluminan todo el panteón en medio de rezos y cantos que duran toda la noche.

Si quieres apreciar el esplendor de este ritual, la mejor opción es subir a la cima del monumento a Morelos en donde la vista panorámica te dejará enamorado.

¿QUÉ MÁS HACER?

Además, conocerás el monumento a Morelos, de 40 metros de altura, en memoria del generalísimo José María Morelos y Pavón. En el interior el pintor Ramón Alva de la Canal estampó la vida del héroe de la Independencia de México.

El recorrido inicia caminando entre sus enredadas calles llenas de comercios de artesanías y antojos del lugar, manteniendo así sus costumbres, su lengua y su gente orgullosamente purépecha.

Los restaurantes y puestos de artesanías te recibirán con los brazos abiertos.

Para que no se te haga pesada la subida, ve visitando las tiendas de artesanía. Justo en esta época aumentan los tarros en forma de cráneo, las figuras de la Catrina, rebozos y cuadros, entre muchas otras.

Por supuesto, no te puedes perder la visita al panteón de Janitzio, único gracias al ritual de velación que se lleva a cabo el Día de Muertos.

Y finalmente, aprecia la tradicional danza michoacana de Los Viejitos, con música purépecha en vivo.

La magia de Janitzio, su cultura, colores y sabores te atraparán

www.taqueriasarandas.com

Diademas para disfraces mexicanos

Unas flores de la temporada y un poco de imaginación pueden hacer la diferencia del disfraz de Día de Muertos

Por María Castro

México PICANTE

Los mexicanos tenemos múltiples opciones de chiles, que cuando se secan cambian de apariencia, sabor y nombre. En Taquerías Arandas, son indispensables para nuestras famosas salsas.

Antes	**Después**
Jalapeño	Chipotle
Chilaca	Pasilla
Poblano	Ancho
Mirasol	Guajillo
Poblano mulato	Mulato
Serrano	Morita
Bola	Cascabel

Sudoku

		6		7			2	
			5		2		3	6
3	7			9	8	5		4
6		9	3			4		
			8	4			5	
8			2		7			
9	6		7					
2								
		5	9				6	3

Complete el recuadro de tal manera que cada fila, columna y cuadro de 3x3 tengan los números del 1 al 9.

5	1	6	4	7	3	8	2	9
4	9	8	5	1	2	7	3	6
3	7	2	6	9	8	5	1	4
6	2	9	3	5	1	4	8	7
1	3	7	8	4	9	6	5	2
8	5	4	2	6	7	3	9	1
9	6	1	7	3	5	2	4	8
2	4	3	1	8	6	9	7	5
7	8	5	9	2	4	1	6	3

Sopa de letras

T Ñ Y P C Q Ñ Ñ V Q Ñ N E L O Á
N Í B Ó J G M S O W Ó Y É B M N
Q P I Z H Ú B D F M Y S Q O P N
M E É Ó Ó B K V F Z O A P D É M
M Q Ú U L W S R B F A M I L I A
V V V Ü A Q T É U U N Í Ü W L N
K X Ï Ü U S Á E N E G A Z A Y O
Ü Á M I J Í X A O R Ó K P Ó Y Ü
G G I F Á P I P A Z A E Ú W O V
S É S I J T N I G A E M X X X V
B T R N O C H E Ï Á E W Ü L I Y
C G Á K M A Ú N V É V D R L Q B
Ú P D W W M U E R T E H F H A Ï
Ï Ï K X P P P Á T D J É D H C L
N X K A M O R É K I S F X W Ñ L
D O B P Ó K B V A Z S T B Í M Ñ

Num.	Para buscar		
1.	paz	6.	fin
2.	pie	7.	muerte
3.	fuerza	8.	amor
4.	noche	9.	familia
5.	campo	10.	mano

Positividad, la palabra clave

LIBRA (23/Sep-22/Oct). Pese a que no es tu mejor momento, pasas por tiempos muy positivos que te llevarán a un futuro muy prometedor. Este mes estarás inspirado y afortunado, sobre todo en los temas laborales y materiales, pero se reflejará de forma muy importante en tu vida privada. No pretendas conseguir, de forma inmediata, cosas que te llevará tiempo conseguir. Si te llega una propuesta de trabajo o te citan para una entrevista no dudes en aceptar.

Han empezado a producirse muchos cambios positivos en tu vida, incluido el amor, pero sé paciente, no hay una fórmula mágica para resolver o conseguir todo lo que ansiamos.

A veces nos toca esperar, pero no dudes que si no pierdes de vista tus objetivos tarde o temprano llegarás a alcanzarlos.

Distráete, habla con tu gente de confianza y a diario ocupa tu mente en temas de tu interés.

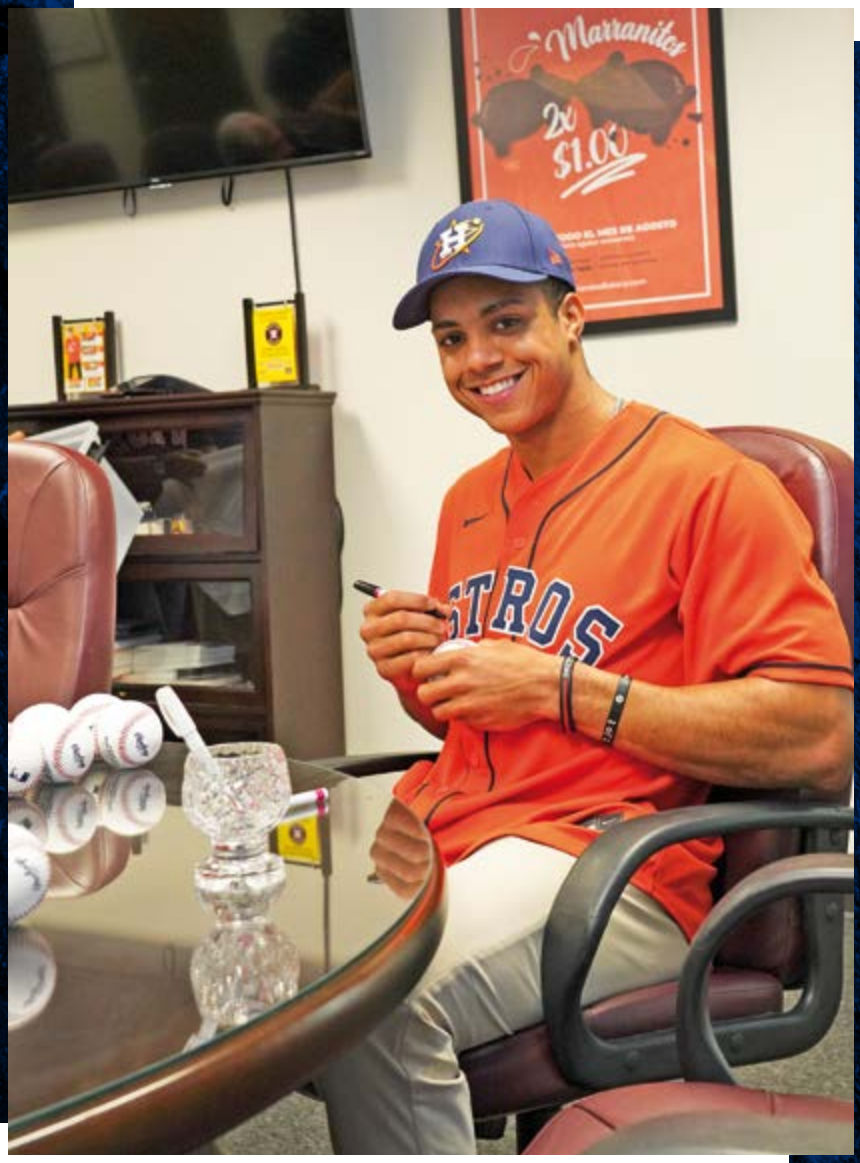
Sobre el amor, eres afortunad@, ya que pasarás por una magnífica racha, aunque debes dedicarle más tiempo a tu pareja e involucrarte en los temas que le afectan o le interesan.

Ya que en ocasiones se siente sol@, demuéstrale siempre que puede contar contigo para lo que sea. No prestes oídos a lo que te dicen algunas personas malintencionadas. Solo es envidia de verlos felices.

MATT DAMON
8 de octubre

www.TaqueriasArandas.com

CONOCE A LOS GANADORES DE LOS ARTÍCULOS FIRMADOS POR EL JUGADOR DE LOS ASTROS, JEREMY PEÑA, PARA NUESTROS AFORTUNADOS CLIENTES.



EN NUESTRO PRÓXIMO NÚMERO