

ELABORACIÓN DE SALSAS

MATERIAS PRIMAS / MATERIALES Y EQUIPOS / DOTACIÓN

Materias primas: Tomates maduros, cebolla, pimentón, azúcar, sal, laurel, tomillo, orégano, clavos, canela, pimienta, nuez moscada, fécula de maíz y vinagre.

Materiales y Equipos: Cuchillo, recipientes plásticos, tabla de picar, envases de vidrio, ollas, espátula ó cuchara de palo, colador.

Elementos de protección personal: Cofia / gorro / malla para cabello, Bata de laboratorio blanca, Zapatos cerrados con antideslizante / botas, Tapabocas

PROCEDIMIENTOS PARA LA ELABORACIÓN DE JALEAS

Procedimiento:

La extracción del jugo se puede efectuar triturando la fruta, que eventualmente ha sido escaldada, y luego, separando el jugo de la parte sólida por medio de centrifugación o presión. Sin embargo, en la elaboración de las jaleas, también se extrae el jugo por cocción de la fruta con una cierta cantidad de agua. Las frutas duras se cocinan con bastante agua. Estas deben estar sumergidas durante la cocción. Las frutas jugosas necesitan poco agua. Después de la cocción se separa el jugo de la parte sólida por filtración. De la parte retenida en el filtro, se puede obtener un segundo jugo por presión. Este no es tan claro como el primero y contiene menos pectina y ácido.

Formulación promedio:

- Jugo o pulpa de fruta.
- azúcar (80 - 90%)
- ácido cítrico (0.3 – 0.4%)
- pectina (0.4 – 0.5%)

Adición de fruta entera, en trozos o cortezas

La fruta entera o los trozos de fruta han sido seleccionados previamente por sanidad y tamaño, y se adicionan a un jarabe caliente del 70%. En el momento de agregarlas a la mermelada o jalea se elimina la mayoría del jarabe y luego se adicionan a la mezcla. En el caso de cortezas cítricas, que caracterizan a la mermelada, estas se cortan en tiritas delgadas y se hierven tres veces en agua para ablandarlas y retirar los aceites esenciales. Las tiras se colocan en un jarabe caliente del 70% y se almacenan con el fin de permitir la penetración del azúcar en la cáscara. Para adicionarlas a la mermelada se elimina el jarabe.

JALEA DE UVA

- 3 kg de uvas blancas • cantidad necesaria de azúcar

Desgranar las uvas, quitar los troncos y colocarlas en una cacerola. Llevar al fuego y calentar. Aplanarlas con una cuchara de madera y colarlas. Por cada taza de jugo de uva agregar 3/ 4 de taza de azúcar, y un poco de pectina. Colocar las uvas, el azúcar y la pectina en una cacerola y cocinar a fuego fuerte mezclando de tanto en tanto hasta que tome punto de jalea. Retirar, dejar enfriar y envasar. Se puede decorar con trozos de la misma fruta.

JALEA DE MANZANA

- 12 manzanas • 1/ 4 de kg de azúcar de refinera

Cortar las manzanas en cuartos sin pelar y colocarlas en una cacerola. Cubrir las al ras con agua fría, llevar al fuego y cocinar hasta que estén bien tiernas. Colarlas a través de una tela fina humedecida sin presionar, colocar en una cacerola, medir el líquido filtrado y, por cada litro, agregar 250 g de azúcar y un pequeño porcentaje de pectina. Llevar a fuego fuerte, hacer hervir hasta que se consuma y tome punto de jalea. Retirar del fuego, envasar, dejar enfriar y tapar el frasco. Se puede decorar con trozos de la misma fruta o otra en combinación.

SALSA DE FRUTA

Formulación: la formulación para la elaboración de salsas de fruta varía según el gusto y el uso que se le de al producto. De manera general se utilizan los siguientes porcentajes en base a la pulpa de fruta utilizada:

Azúcar 80 – 100%

Acido cítrico 0.2 – 0.5%

Pectina 1%

Agua 20%

Cocción: Colocar la pulpa de fruta a fuego lento hasta que libere el agua y continuar el calentamiento aprox. Por 15 min, agregar el agua potable, mezclar la pectina con el azúcar y agregar a la mezcla, aumentar un poco el fuego manteniendo la agitación constante hasta que hierva. Continuar la cocción hasta obtener una consistencia viscosa o hasta llegar al punto alrededor de 25 – 30 min de cocción, la salsa debe quedar blanda sin pardeamiento.

SALSA DE MANGO

Formulación: los porcentajes se utilizan en base al mango que debe ser rayado o en trozos muy pequeños.

Azúcar 45%

Sal 2.5%

Ajíes rojos (picantes) 0.5%

Jengibre 0.75%

Cebolla cabezona (picada) 3%

Vinagre 30%

Pimienta dulce 0.5%

Ajo 0.5%

Mezcla de condimentos 1.5%

Pasas (opcional) 8.5%

Preparación:

Se selecciona la fruta verde, firme y completamente desarrollada con pulpa amarilla

Se lava y pela la piel de la fruta, con un cuchillo de acero inoxidable.

La fruta se ralla y se corta en rodajas.

Se cocinan las rodajas con poca agua, para ablandarlos.

Se agrega sal y azúcar.

Se agrega vinagre y los otros condimentos se cuece hasta que el producto obtenga una consistencia de gel (60ºB, medidos en un refractómetro).

Se vierte el producto en frascos limpios y se cierran herméticamente o en bolsas ziploc

SALSA DE GUAYABA AL VINO

Formulación: Los porcentajes se utilizan en base a mermelada de guayaba previamente preparada

Leche 100%

1 cucharadita de mantequilla

Vino blanco 100%

Preparación:

Mezcle la mermelada con la mantequilla, caliente revolviendo constantemente hasta que hierva, se retira del fuego y se le agrega la leche sin dejar de revolver hasta obtener un producto uniforme. Se deja enfriar y al tiempo de servir se mezcla bien con el vino. Se emplea con carnes, jamón, rollo de carne, pollo, entre otros.

SALSA DE PAPAYA Y PIÑA

Formulación: Los porcentajes se calculan en base a la cantidad de papaya a utilizar

Piña fresca en cubos 100%

Cebolla finamente picada 40%

Ají al gusto

Ajo al gusto
Ralladura de limón al gusto
Jugo de limón o ácido cítrico 20%
Cilantro finamente picado 10%

Preparación: Mezclar todos los ingredientes. Cubrir y refrigerar la salsa hasta antes de servirla.

SALSA AGRIDULCE

Formulación: Los porcentajes se calculan en base a la pulpa de piña que se vaya a utilizar

Salsa de tomate	20%
Fécula	5%
Pimienta molida	0.11%
Pimentón rojo	45%
Azúcar	23%
Vinagre	23%
Agua	1%

Preparación: Separar una tasa de la pulpa para preparar la fécula, concentrar la pulpa de fruta restante junto con el agua, el azúcar, la salsa de tomate, el pimentón (licuado en la pulpa de piña sin colar) y la pimienta por 30 minutos, adicionar el vinagre y la fécula disuelta, continuar la cocción por 15 minutos hasta obtener el punto final, adicionar concertantes, envasar en envases de vidrio o en bolsas herméticas.

DULCE DE MANDARINA

Formulación: 1 kg de mandarinas, 900 g de azúcar, 1 litro de agua

Preparación:

Pelar las mandarinas, cortar las cáscaras en tiras finas y colocarlas en un bol con agua fría.

Cambiar cada hora el agua durante 3 horas.

Luego hacerlas hervir en una cacerola y reservar el agua para hacer el dulce.

Quitar a la pulpa los hilos blancos y las semillas cuidando de conservar el jugo.

Colocarla junto con las cáscaras en una cacerola grande, agregar el azúcar y 1 litro de agua.

Llevar al fuego y hacer hervir durante 1 1/2 hora. Debe tener buena consistencia y tener color naranja claro.

Dejar enfriar y guardar en frascos con tapa hermética.

SALSA DE TOMATE Y OTRAS VEGETALES

Materias primas: Tomates maduros, cebolla, pimentón, azúcar, sal, laurel, tomillo, orégano, clavos, canela, pimienta, nuez moscada, fécula de maíz y vinagre.

Materiales y Equipos: Cuchillo, recipientes plásticos, tabla de picar, envases de vidrio, ollas, espátula ó cuchara de palo, colador.

Elementos de protección personal: Cofia / gorro / malla para cabello, Bata de laboratorio blanca, Zapatos cerrados con antideslizante / botas, Tapabocas

PROCEDIMIENTOS PARA LA ELABORACIÓN DE SALSA DE TOMATE

Formulación

Tomates	100%
CMC a 37°C	0.07%
Sal	1.2%

Azúcar 1.5%
 Vinagre 2.5%
 Agua de cocimiento de especias* (canela, orégano, tomillo, laurel, clavos, cebolla, pimienta, nuez moscada)

Procedimiento 1

Recepción de la pulpa de tomate,
 Poner a cocción la pulpa con el CMC, el azúcar, la sal, y el agua de cocimiento de las especias
 Luego de lograr la reducción de la tercera parte de la mezcla adicionar el vinagre
 Dejar hervir por 15 min, hasta volver a conseguir consistencia espesa
 Envasar en frascos de vidrio previamente esterilizados
 Realizar el precalentamiento por 10 min y esterilizar por 35 min.
 Rotular y almacenar en un lugar fresco y seco.

Procedimiento 2

Recepción y acondicionamiento de los tomates
 Escaldar el tomate en agua a 75°C por 5-8 minutos, hasta que la cáscara reviente. Sumergir inmediatamente en agua fría y pelar.
 Licue el tomate en conjunto con el 15% de cebollas cabezonas y 8% de pimentones maduros previamente picados. Pase por un colador la mezcla.
 Coloque la pulpa en una olla, añada azúcar, sal y en una bolsa o lienzo coloque orégano, laurel, tomillo, canela al gusto y agréguela a la olla, cocine hasta que espese la mezcla.
 Retire la bolsa y añada la mezcla el vinagre 0.4% de fécula de maíz (maicena o harina de trigo). Agregue ácido ascórbico 1 g/ litro de pulpa. Deje hervir por 10 minutos más
 Envasar en frascos de vidrio previamente esterilizados
 Realizar el precalentamiento por 10 min y esterilizar por 35 min.
 Rotular y almacenar en un lugar fresco y seco.

Cuadro 01. Formulaciones salsa tomate. (Todas las formulaciones están con base a la pulpa de tomate)

FORMULACION 1		FORMULACION 2		FORMULACION 3		FORMULACION 4		FORMULACION 5	
Ingrediente	%	Ingrediente	%	Ingrediente	%	Ingrediente	%	Ingrediente	%
Cebolla	14	Azúcar	43,9	Sal	3	Azúcar	7.6	Azúcar	10
Pimentón	7	Agua	39,8	Azúcar	15	Sal	1.6	Sal	3
Azúcar	30	Vinagre	37,8	Cebolla	3	Cebolla	1.3	Fécula maíz	5
Sal	3	Cebolla	4	Canela	0.2	Ajo	0.03	Vinagre	3
Fécula maíz	4	Sal	3,5	Nuez mosca.	0.03	Pimienta	0.01	Infusión:	
Vinagre	20	Condimentos	0,5	Clavos	0.1	Canela	0.06	Cebolla	0.2
Especias	0.5	CMC	0,1	Pimienta	0.1	Clavos	0.06	Tomillo	0.1
				Ajos	0.03	Pimentón	0.09	Ajo	0.1
				Vinagre	12	Vinagre	3.78	Pimienta	0.1
				Pimentón	0.23			Laurel	0.1
								Orégano	0.2

PROCEDIMIENTOS PARA LA ELABORACIÓN DE OTRAS SALSAS

SALSA DE ZANAHORIA

Materias primas: 1 naranja, 1 limón, 1 manzana, 4 zanahorias ralladas, 1 kg de azúcar, 1 litro de agua

Pelar la naranja y el limón quitándoles el hollejo y las semillas. Cortar las frutas en trozos, colocar en el vaso de la licuadora junto con la manzana cortada en trozos con la cáscara y el corazón. Añadir las zanahorias y desintegrar.

Distribuir en una cacerola, agregar el azúcar, el agua, llevar al fuego y revolver de tanto en tanto con cuchara de madera hasta que tome punto dulce.

MAYONESA

Procedimiento 1

Materias primas: 3 huevos, Aceite 500 ml, 1 cucharada de vinagre o limón, 1 cucharadita de sal

Se cascan los huevos, separando con cuidado las claras de las yemas. Reservar las claras y poner las yemas en un recipiente plástico o de vidrio. Batir las yemas con una cuchara de palo en lo posible o con un tenedor; seguidamente, se va echando el aceite con un chorrito muy fino, casi gota a gota, moviendo sin parar las yemas que van recibiendo el aceite. Se ha de remover con movimientos circulares, siempre en la misma dirección, para evitar que se corte.

Cuando la salsa esté bien espesa, punto en el que la cuchara se mantiene de pie, se va echando poco a poco el vinagre y la sal, y se sigue moviendo hasta que todo esté bien mezclado.

Si queda muy espesa, se puede aclarar añadiendo la mitad de las claras, batidas a punto de nieve, añadiéndolas poco a poco y sin dejar de mover. Agregar conservantes y envasar.

Procedimiento 2

Materias primas: Aceite 250 ml, Sal 1 cucharadita, Cebolla cabezona 2 rodajas, Azúcar tres cucharaditas, Pimienta molida al gusto, 4 yemas de huevo, Vinagre 2 cucharadas, Jugo de limón 12 gotas, Ajo en polvo al gusto, Mostaza al gusto.

Licuar a velocidad baja la cebolla, el ajo, las yemas de huevo y el vinagre hasta obtener una mezcla homogénea; adicionar el azúcar, la sal, pimienta y la mostaza, continuar licuando. Agregar lentamente el aceite y cuando espese aumentar la velocidad del licuado; se continúa agregando aceite hasta que se forme en la licuadora un ojo de aceite, suspender y agregar el jugo de limón licuado una vez más. En caso de que el aceite no se mezcle totalmente (esto es porque el aceite está en exceso). Se adiciona una cucharada de agua hirviendo y se mezcla manualmente, adicionar conservantes y envasar.

Procedimiento 2

Materias primas: 1 huevo, 200 ml de aceite, 2 cucharadas de vinagre o zumo de limón, Sal, Mostaza al gusto

Para la preparación se utiliza el mismo método del procedimiento 1

Puede aromatizarse con perejil, curry, ají o cualquier otra especia o condimento.

SALSA CHIMICHURRI

Formulación: Los porcentajes se calculan en base a la cantidad de perejil fresco a utilizar

Mostaza 14 %

Aceite vegetal 25 %

Cebolla cabezona 25 %

Vinagre 22 %

Sal al gusto

Preparación: Mezclar todos los ingredientes en un mismo sentido dejando de último el aceite, batir vigorosamente hasta la total incorporación, se adicionan conservantes.

SALSA BLANCA

Formulación: Los porcentajes se calculan en base a la cantidad de mantequilla a utilizar

Harina 50%

Yema de huevo 1 por cada 100 gramos de mantequilla

Zumo de limón al gusto

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Derretir 2 cucharadas de mantequilla y agregar la harina, removiendo bien.

Poco a poco añadir 1 taza de agua caliente, sal, pimienta y la yema.

Remover rápidamente sobre el fuego con un batidor, hasta que comience a hervir.

Retirar del fuego y agregar la mantequilla a gusto y unas gotas de zumo de limón. Esta salsa es excelente para acompañar pescados, huevos, alcachofas, espárragos, etc.

BECHAMEL

Formulación: Los porcentajes se calculan en base a la cantidad de leche a utilizar

Mantequilla 10%

Harina o fécula 3 cucharadas por cada botella de leche

Nuez moscada rallada

Sal al gusto

Preparación

En una cacerola pequeña se pone a derretir la mantequilla, cuando esté derretida se agrega la harina, y se remueve con una espátula de madera (cuchara de madera si no tienes espátula).

Cuando empiece a tomar color rubio se le añade poco a poco la leche caliente.

Se va trabajando la salsa con un batidor hasta que quede fina y sin grumos, se le añade la sal y la nuez moscada y se deja cocer (sin que llegue a hervir) unos 15 minutos.

Si ha quedado muy ligera añade una cucharada de maicena disuelta en un poco de leche, si por el contrario ha espesado demasiado, añade un poco de leche.

ADEREZO DE CILANTRO

Formulación: Los porcentajes se calculan en base a la cantidad de cilantro a utilizar.

Aceite vegetal 50%.

Vinagre 10%.

Huevo pasado por agua, uno por cada 100 gramos de cilantro.

Ajo y pimienta al gusto.

Consomé de pollo (en polvo) o en cubo 1 por cada 100 gramos de cilantro.

Preparación

Poner todo en la licuadora batir y servir con cualquier ensalada.

Especialmente recomendable con la ensalada de lechuga para pescado.

DULCE DE ZANAHORIA

Materias primas: 1 naranja, 1 limón, 1 manzana, 4 zanahorias ralladas, 1 kg de azúcar, 1 litro de agua

Preparación:

Pelar la naranja y el limón quitándoles el hollejo y las semillas.

Cortar las frutas en trozos, colocar en el vaso de la licuadora junto con la manzana cortada en trozos con la cáscara y el corazón.

Añadir las zanahorias y desintegrar.

Distribuir en una cacerola, agregar el azúcar, el agua, llevar al fuego y revolver de tanto en tanto con cuchara de madera hasta que tome punto dulce.

POSTRE DE LAS TRES LECHES CON FRESAS

Ingredientes:

- 1 taza de crema de leche
- 1 taza de leche condensada
- 1 taza de leche líquida
- 2 rebanadas de bizcochuelo de chocolate (galletas o dedos)
- 12 fresas
- 1 cucharada de gelatina sin sabor

Preparación:

En un poco de agua fría remoje la gelatina sin sabor, luego póngala al baño de maría para que se disuelva.

1. Licue aparte las tres leches (crema, condensada y líquida), agregue las fresas y la gelatina disuelta. Licue todo hasta que esté uniforme, luego en un molde adecuado vacíe la mitad de la mezcla y lleve a refrigeración hasta que la mezcla haya tomado consistencia dura.
2. Ponga una rebanada del bizcochuelo (se puede remojar con algún licor o vino a su elección) encima vacíe la mezcla restante y lleve de nuevo a refrigerar por espacio de tres horas mínimo o hasta que el postre esté bien consistente.
3. Luego desmolde y decore con crema chantilly y fresas abiertas.
4. Sirva con salsa al gusto.

GELATINA MULTICOLOR

Cantidad	Materia Prima
250 g	Leche condensada
50g	Leche en polvo
125 g	Leche líquida
4	Gelatina de colores
3 sobres (21g)	Gelatina sin sabor

Materiales

- Leche condensada
- Leche en polvo 20%
- Leche líquida 50%
- Gelatina de colores 4 diferentes
- Gelatina sin sabor 10

PROCEDIMIENTO

1. Preparar con anticipación la gelatina de colores, disminuyendo la cantidad de agua a utilizar a $\frac{3}{4}$, y en un molde amplio, donde quede una capa delgada.
2. Cortar en cuadros la gelatina, mezclando los colores y colocarla en el molde.
3. Mezclar en licuadora la leche condensada, la leche en polvo, leche líquida y gelatina sin sabor previamente hidratada.
4. Agregar la mezcla al molde
5. Refrigerar 3 hr mínimo

Nota: La vida útil en condiciones normales de refrigeración es de 2 a 3 días.

POSTRE DE ARROZ DE LECHE

Materiales:

- Arroz: 500g
- Leche: 2lt
- Azúcar: 250g
- Leche condensada: 125g
- Crema de leche: 250g
- Canela en astillas: 4g
- Canela en polvo: al gusto

- Uvas pasas: al gusto
- Agua potable: 1lt

Procedimiento:

Poner en una olla el agua, el azúcar, la canela en astillas esperar hasta ebullición, adicionar el arroz esperar que seque y disminuir el fuego, en el momento que el arroz abra adicionar poco a poco la leche tibia y la leche condensada, revolver constantemente, antes de apagar el fuego adicionar la crema de leche dejar concentrar, apagar el fuego decorar y enfriar en la nevera 2 horas.

Nota: tener en cuenta que al enfriar el postre se gelatiniza así que se recomienda bajar del fuego cuando se encuentre no muy espesa la mezcla.

HELADOS CREMOSOS

Materiales:

- Leche en polvo: 90g
- Leche entera: 1 litro
- Mantequilla: 35g
- CMC: 5g
- Fruta: 200g
- Saborizante: 1ml
- Color: 0.5 g
- Azúcar: 60g

Procedimiento:

- Deshacer la leche en polvo (90 gramos) en la leche cruda (1 litro).
- Fundir la grasa (35 gramos) y mezclar con la leche, agregándole 60g de Azúcar.
- Cuando la mezcla alcance los 75°C adicionar la pectina o el CMC (5 gramos/ litro leche) con el Azúcar restante, continuar el calentamiento por 15 minutos
- Enfriar la mezcla a 60°C y adicionar la pulpa de fruta (200 gramos) (200 picada)(de ser necesario adicione el colorante y saborizante)
- Envasar en las copas o moldes y congelar.
- Transcurridos 30 minutos colocar los palos y congelar por 5 horas como mínimo

HELADO DE LECHE EN POLVO

Formulación:

Agua potable	Margarina 4%
Leche en polvo 20%	C.M.C. 0.4%
Azúcar 20%	
Emulsificante Monoestearato de glicerilo 0.25% o ½ yema	

PROCEDIMIENTO: Calentar el agua con la mantequilla a 35°C. Se mezclan los demás ingredientes y se mezclan con el agua, agitando muy bien y retirándolo del fuego. Se pone nuevamente al fuego y se deja a 80° por 10 minutos. Se deja enfriar y se mete a la nevera por 24 horas. Se le incorporan los saborizantes y colorantes al gusto. Batirlo en licuadora, envasar y a la nevera.

PIE DE LIMÓN

Cantidad	Materia Prima	Cantidad	Materia Prima
250 g	Leche condensada	500 g	Crema de Leche
6 unidades	Claras de huevo	21 g	Gelatina Sin sabor
125 g	Azúcar Pulverizada	50 g	Margarina
100 ml	Jugo de Limón	1 caja por 125 - 250 g	Galletas semidulces
Al gusto	Cáscara de limón		

PROCEDIMIENTO

1. Fundir la mantequilla y agregar las galletas trituradas para tapizar el fondo del molde con la mezcla.
2. Limpiar la corteza del limón para luego rayarla muy fino.
3. Batir la crema de leche hasta lograr una suspensión (en forma de copos) manteniendo sumergida dentro del agua fría.
4. Agregar uno a uno los ingredientes (leche condensada, gelatina sin sabor, jugo de limón) a la crema batida con los movimientos envolventes.
5. Llevar este relleno al molde del punto 1.
6. Refrigerar por una hora este relleno. Entre tanto preparar un merengue con las claras de huevo y el azúcar pulverizada para depositarlo en el molde del punto anterior.
7. cubrir con la cáscara de limón y refrigerar 20 min.

FLAN DE AREQUIPE Y COCO

Ingredientes:

- $\frac{1}{4}$ de litro de leche líquida (1 taza)
- 3 huevos
- $\frac{1}{2}$ taza de arequipe
- 2 cucharadas de coco rallado
- 1 cucharadita de esencia de coco
- $\frac{1}{2}$ copa de aguardiente
- $\frac{1}{2}$ taza de azúcar (para el caramelo)
- $\frac{1}{4}$ de taza de agua

Preparación:

Disuelva el azúcar con el agua, lleve el recipiente a fuego alto. Déjelo en ebullición hasta que tome un dorado oscuro. Cubra el fondo de uno o tres (recipientes individuales) y reserve. En la licuadora mezcle la leche tibia, el arequipe, la esencia y el aguardiente. Bata todo muy bien, añada los huevos, por último el coco rallado. Vacíe la mezcla en los moldes caramelizados y lleve al horno precalentado a 300 grados centígrados. Al baño maría por espacio de 1 hora aproximadamente (haga la prueba del palillo), refrigere y sirva.

FLAN DE LECHE

Ingredientes:

- $\frac{1}{2}$ litro de leche líquida
- 4 huevos
- 100 gramos de azúcar refinada
- $\frac{1}{2}$ onza de jerez
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- Molde caramelizado

Preparación:

Elabore anticipadamente el caramelo y cubra el fondo de un molde adecuado.

Aparte en un recipiente caliente la leche con la mitad del azúcar.

Mezcle los huevos con el resto del azúcar, la vainilla y el jerez. Añada primero un poco de leche caliente a los huevos para elevar la temperatura, luego agregue el resto, cuele la mezcla y vacíela en el molde caramelizado, póngalo al baño maría y lleve al horno precalentado a 300 grados centígrados por espacio de 35 minutos aproximadamente. Repose y refrigere, luego desmolde, sirva y decore al gusto.

FLAN DE CAFÉ

Ingredientes para 2 comensales:

- 2 huevos grandes
- 1 1/2 vasitos (0,15 L) de azúcar
- 1 vaso (0,2 L) de leche
- 1 cucharada de café instantáneo
- 1 cucharada de harina de maíz
- 2 cucharadas de ron negro
- 1 cucharada de caramelo líquido

Procedimiento:

- Batir los huevos desprovistos de cáscara con el azúcar hasta lograr una crema espumosa.
- Añadir la leche, el café instantáneo, la harina de maíz y el ron negro, y mezclar todo muy bien.

- Embadurnar con el caramelo líquido el interior de dos moldes individuales resistentes al calor y verter en ellos la crema. Introducir en el centro del horno, previamente encendido, los moldes con la crema de café, sumergidos en un recipiente con agua hirviendo, y dejar cocer al baño maría, a 180°, durante 20 min aproximadamente, hasta que al pinchar un flan en el centro con una aguja, ésta salga seca.
- Hay que esperar a que los moldes se hayan enfriado dentro del agua para sacarlos del baño y dejarlos reposar en la nevera más de 4 horas (es mejor hacer este postre la víspera) antes de desmoldarlos, después de haber repasado el interior con un cuchillo puntiagudo sin sierra, sobre los platos en que se llevará a la mesa.

FRUTAS CON NATAS

Ingredientes:

- 1 taza de leche (suero de las natas)
- ½ taza de natas
- ¼ de taza de azúcar refinada
- 2 huevos
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de canela molida en polvo
- ¼ de taza de mango cortado en dados
- ¼ de taza de pera cortada en dados
- 6 fresas
- 6 moras (o frutas a su elección)
- 2 cucharadas de azúcar pulverizada

Preparación:

Ponga la leche a fuego muy bajo y caliente hasta que tenga encima una capa de nata. Retire y reserve, repita el proceso cuantas veces quiera y haya obtenido una buena cantidad de natas. Ponga la leche restante junto con el ¼ de taza de azúcar refinada y la esencia de vainilla. Hierva hasta obtener un almíbar, luego retire una porción de éste. Añada separada del fuego las yemas, bata y mezcle hasta que la temperatura equilibre, luego una al resto del almíbar y cocine por unos minutos hasta que empiece a espesar y tenga consistencia. Aparte rocíe con el azúcar pulverizado las frutas, deje reposar hasta que el azúcar se haya macerado con las frutas. Caliente las frutas en un recipiente adecuado, puede ser en el horno o en una sartén, no más de 5 minutos. Retire y sirva las frutas con el dulce de natas. Si desea puede elaborar un merengue batiendo las claras sobrantes a punto de nieve y agregando azúcar. Sirva sobre el postre

POSTRE DE LECHE FRITA

Ingredientes:

- 250 ml de leche líquida
- 60 gramos de azúcar refinada
- 2 yemas de huevo
- 1 cucharada de harina de trigo
- 2 cucharadas de fécula de maíz (Maicena)
- ½ cucharadita de cáscara de limón rallado
- 1 canela en astilla
- ¼ de cucharadita de esencia de vainilla

Ingredientes adicionales:

- ½ taza de harina de trigo
- 2 huevos batidos
- Aceite para freír

Preparación:

En un recipiente al fuego ponga la leche y la mitad del azúcar. Deje hervir junto con la canela y la cáscara de limón rallada. Aparte mezcle el resto del azúcar con la maicena, la harina de trigo con las yemas de huevo y un poco de leche. Añada a la leche caliente y cocine bien hasta que hierva, vacíe la mezcla caliente en una bandeja y deje que se enfríe. Corte luego en cuadros de 5 x 4 cms. Pase los cuadros por la harina de trigo y huevos batidos, sofríalos en aceite caliente hasta que estén dorados. Rocíe con canela en polvo y sirva. Decore al gusto.

ELABORACIÓN DE ESPONJADO DE CURUBA

Materia prima: para la realización de 8 porciones

- 5 huevos
- ½ libra de curuba
- 1 caja gelatina sin sabor
- 1 lata leche condensada grande
- 1 lata crema de leche grande
- 2 cucharadas de azúcar

- ¼ libra ciruelas pasas

***Materiales y equipos**

- Olla de aluminio con tapa.
- Empaques especiales.
- Utensilios de cocina: cucharas de madera, cuchillos, cuchara, licuadora.
- Cubetas plásticas o de metal.
- Fuente de calor.

Procesamiento:

- Recepción: La fruta comprada fue pesada.
- Selección: Se separó la fruta madura y en buen estado. Luego se adecuó la fruta eliminando los puntos negros.
- Pelado: El pelado se puede hacer en forma manual, empleando cuchillos, o en forma mecánica con máquinas.
- Escaldado: para eliminar microorganismos e inactivar enzimas (se puede realizar con vapor a 92°C por 5 minutos o con agua caliente a ebullición de 30 a 60 minutos).
- Despulpado: Para separación de la semilla de la pulpa, se efectuó en la despulpadora y por medio de un tamiz o colador se realizó la respectiva separación. Para efectos de los balances de materia se tomó el peso de la pulpa a utilizar.
- Tener la pulpa de curuba lista.
- Disolver la gelatina sin sabor en agua caliente.
- Batir las claras de los huevos a punto de nieve y añadirles lentamente y sin dejar de batir, el azúcar y luego la pulpa de curuba.
- Cuando este homogénea, incorporar con movimientos envolventes la gelatina disuelta.
- Verter en un molde ligeramente engrasado y llevar a la nevera hasta que cuaje.

Crema de curuba:

- Se licuó un poco de curuba sin agua, se cuela y se coloca nuevamente en la licuadora con 1 lata de leche condensada y una de crema de leche, se lleva al congelador un rato y para servir se saca del congelador y se vuelve a licuar. Esta crema sirve también de sorbete aperitivo, se puede hacer igualmente con limón.

3. ELABORACIÓN DE ESPONJADO DE MANGO

Materia prima:

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| • 2 Tazas de pulpa de mango | • 3 sobres de gelatina sin sabor |
| • 1 Lata grande de leche condensada | • 1 limón |
| • ½ taza de azúcar | • 1 mango entero |
| • 5 huevos | • 1 frasquito de cereza marrasquino |

Materiales y equipos

- Olla de aluminio con tapa.
- Empaques especiales.
- Utensilios de cocina: cucharas de madera, cuchillos, cuchara, licuadora.
- Cubetas plásticas o de metal.
- Fuente de calor.

Procesamiento:

- En la licuadora batir las yemas de huevo, la leche condensada, el azúcar, el jugo de un limón y la pulpa de mango.
- Aparte, añadir poco a poco la gelatina disuelta en ¼ de agua caliente, y las claras de huevo batidas a punto de nieve.
- Mezclar muy suavemente y verter esta preparación en un molde húmedo.
- Refrigerar por 2 horas mínimo.
- Cortar en rebanadas delgadas el mango con la cascara.
- Al momento de servir, desmoldar el esponjado y decorarlo con las rodajitas de mango y las cerezas marrasquino.

NOTA: para la realización de cualquier esponjado de fruta la formulación estándar es la siguiente:

Materia prima:

- Uno o dos pocillos de zumo de la fruta elegida (cocinada previamente licuada y colada)
- 1 pocillo de azúcar (depende de acidez y dulzor)
- 1 pocillo de leche condensada

- 1 pocillo de crema de leche
- 1/2 pocillo de agua
- Zumo de limón
- 3 sobres o 2 cucharadas de gelatina sin sabor

Procesamiento:

- Se colocan en la licuadora el zumo de fruta, el azúcar, la crema de leche y la leche.
- Disolvemos la gelatina en el pocillo de agua (a temperatura ambiente)
- Luego se lleva al fuego hasta que la gelatina quede bien disuelta.
- Licue y coloque en un molde y luego refrigere.

Se deben tener en cuenta la acidez de las frutas en el momento de manejar el dulce y los demás estabilizantes o ácidos como el limón.

4. ELABORACIÓN DE POSTRE DE LAS TRES LECHES CON FRESAS

Materia prima:

- 1 taza de crema de leche
- 1 taza de leche condensada
- 1 taza de leche líquida
- 2 rebanadas de bizcochuelo de chocolate (galletas o dedos)
- 12 fresas
- 1 cucharada de gelatina sin sabor

Se usan los mismos materiales y equipos ya mencionados

Procesamiento:

- En un poco de agua fría remoje la gelatina sin sabor, luego póngala al baño de maría para que se disuelva.
- Licue aparte las tres leches (crema, condensada y líquida), agregue las fresas y la gelatina disuelta. Licue todo hasta que esté uniforme, luego en un molde adecuado vacíe la mitad de la mezcla y lleve a refrigeración hasta que la mezcla haya tomado consistencia dura.
- Ponga una rebanada del bizcochuelo (se puede remojar con algún licor o vino a su elección) encima vacíe la mezcla restante y lleve de nuevo a refrigerar por espacio de tres horas mínimo o hasta que el postre esté bien consistente.
- Luego desmolde y decore con crema chantilly y fresas abiertas.
- Sirva con salsa al gusto.

5. ELABORACIÓN DE FLAN DE AREQUIPE Y COCO

Materia prima:

- | | | | |
|--------------------------------------|--|---|-------------------------------------|
| - | | - | ½ copa de aguardiente |
| ¼ de litro de leche líquida (1 taza) | | - | ½ taza de azúcar (para el caramelo) |
| - 3 huevos | | - | ¼ de taza de agua |
| - ½ taza de arequipe | | | |
| - 2 cucharadas de coco rallado | | | |
| - 1 cucharadita de esencia de coco | | | |

Se usan los mismos materiales y equipos ya mencionados

Procesamiento:

Disuelva el azúcar con el agua, lleve el recipiente a fuego alto. Déjelo en ebullición hasta que tome un dorado oscuro. Cubra el fondo de uno o tres (recipientes individuales) y reserve. En la licuadora mezcle la leche tibia, el arequipe, la esencia y el aguardiente. Bata todo muy bien, añada los huevos, por último el coco rallado.

Vacíe la mezcla en los moldes caramelizados y lleve al horno precalentado a 300 grados centígrados. Al baño maría por espacio de 1 hora aproximadamente (haga la prueba del palillo), refrigere y sirva.