RECETARIO COCINA BASICA: FICHA 2599729

Instructora: AIDA HERNANDEZ

TURRON MIXTO EN FRIO



INGREDIENTES

1 PAQUETE DE PAN TAJADO BLANCO O INTEGRAL (SIN CORTEZA)

2 LATAS DE ATÚN EN ACEITE O DE SU PREFERENCIA

250 GRAMOS DE QUESO TIPO MOZZARELLA (RALLADO

2 MANZANAS VERDES PELADAS Y RALLADAS

3 HUEVOS COCIDOS Y SEPARAR CLARA DE LA YEMA

1 ATADO PEQUEÑO DE CEBOLLÍN PICADO MUY FINAMENTE

MAYONESA CANTIDAD NECESARIA SAL Y PIMIENTA A GUSTO

PREPARACION

COLOCAMOS EN UN RECIPIENTE LAS MANZANAS RALLADAS, EL QUESO RALLADO Y EL ATÚN MEZCLAMOS MUY BIEN Y A ESTO LE ADICIONAMOS SAL Y PIMIENTA MAYONESA ESTA MEZCLA DEBE QUEDAR CON TEXTURA CREMOSA

EL PAN DE MOLDE PREVIAMENTE SIN CORTEZA COLOCAMOS EXTENDIDAS 4 TAJAS SOBRE PAPEL ALUMINIO COLOCADO A LOS LADOS, ASÍ AL TERMINAR RETIRAMOS Y QUEDA EL RECIPIENTE DE SERVICIO MUY LIMPIO, CUBRIMOS ESTAS TAJAS DE PAN CON LA MEZCLA ANTERIOR Y CUBRIMOS CON PAN, NUEVAMENTE OTRA CAPA Y ASÍ HASTA COMPLETAR 3 CAPAS. O CUATRO CAPAS SI LO DESEA MÁS ALTO

APARTE RALLAMOS LAS YEMAS DE HUEVO Y ESTA LAS MEZCLAMOS CON EL CEBOLLÍN Y APARTE RALLAMOS LAS CLARAS TODO POR SEPARADO. UNA VEZ ESTÉN ARMADAS LAS CAPAS DEL PAN, CUIDADOSAMENTE CUBRIMOS CON MAYONESA EL MOLDE DE PAN POR TODOS LOS LADOS Y COMO SE OBSERVA EN LA IMAGEN CUBRA CON EL CEBOLLÍN Y LAS YEMAS LA PARTE EXTERNA DEL

TURRÓN Y EN LA PARTE SUPERIOR CUBRA CON CLARA DE HUEVO RALLADA. LLEVE ESTE TURRÓN A REFRIGERACIÓN DE PREFERENCIA DE UN DÍA PARA OTRO, COMO SE OBSERVA A LO PUEDE DECORAR CON FLORES DE QUESO O TOMATE.

ARROZ PIMIENTO



INGREDIENTES

2 CEBOLLETAS MEDIANAS 1 MANOJO DE PERERJIL FRESCO

1 PIMIENTO ROJO 2 LIBRAS DE ARROZ

1 PIMIENTO VERDE ACEITE SAL PIMIENTA

SE PREPARA UN ARROZ BASICO BLANCO, (PARA DOS MEDIDASDE ARROZ TRES DE AGUA)

LOS PIMIENTOS EL PEREJIL Y LA CEBOLLETA LOS PICAMOS EN BRUNOISE MUY FINOS TODO POR SEPARADO Y EN UNA SARTEN CON UN POCO DE ACEITE SAL Y PIMIENTA COLOCAMOS A SELLAR CADA UNO Y POR SEPARADO. (RECUERDE MANEJAR LA TECNICA DE TEMPERATURA PARA LA SARTEN Y ASI OBTENER UN BUEN SELLADO)

CUANDO SE HAYA COMPLETADO TODO EL PROCESO ANTERIOR MEZCLAMOS POR PARTES Y EN FORMA UNIFORME EL ARROZ CON LO SELLADO ANTERIORMENTE.

ARROZ TRES GRANOS



INGREDIENTES

2 LIBRAS DE ARROZ 2 CEBOLLETAS MEDIANAS

3 MAZORCAS FRESCAS ½ LIBRA DE ARVEJA FRESCA

ACEITE SAL PIMIENTA Y COLOR SI SE DESEA

COLOCAMOS A CALENTAR EL ACEITE CON SAL Y PIMIENTA A ESTO LE ADICIONAMOS LA MAZORCA DESGRANADA LAS ALVERJAS Y LA CEBOLLETA PICADA EN BRUNOISE MEDIANOS LUEGO ADICIONAMOS EL ARROZ SELLAMOS UN POCO Y AGREGAMOS EL AGUA.

MOLDE DE CARNE CON TOCINETA



1 1/2 DE CARNE DE RES MOLIDA

1 ½ DE CARNE DE CERDO MOLIDA

2 PAQUETES DE TOCINETA PARA FORRAR EL MOLDE

OPCIONAL HUEVOS COCIDOS (DE CODORNIZ)

LAS CARNES LAS MOLEMOS Y ADOBAMOS POR SEPARADO, CON SAL, PIMIENTA, AJO, NUEZ MOSCADA, CEBOLLETAS 4 UNIDADES MUY BIEN RALLADA

1 CERVEZA MITAD PARA EL CERDO MITAD PARA LA RES PEREJIL FRESCO PICADO

EN EL MOMENTO DE PREPARAR UNIMOS LAS CARNES RECTIFICAMOS SAL PIMIENTA, Y A ESTAS CARNES ADICIONAMOS GELATINA SIN SABOR. (DISUELTA MAS NO HIDRATADA)

FORRAMOS EL MOLDE CON LOS LONCHAS DE TOCINETA Y SOBRE ELLA VOLCAMOS LAS CARNES, TAPAMOS MUY BIEN LLEVAMOS A ASADO AL BAÑO MARÍA POR 1 1/2 HORA, LUEGO DESTAPAMOS EL MOLDE DEJAMOS DORAR ESTE ASADO POR ESPACIO DE 20 MINUTOS TERMINO DE TOCINETA DORADA DEJAR REPOSAR Y SERVIR POR TAJADA

LOS LIQUIDOS QUE DA EL ASADO PODEMOS PREPARAR UNA SALSA PARA ESTA CARNE CERNIMOS BIEN LLEVAMOS A COCCION AGREGANDO UN POCO DE FECULA

CORDON BLUE



INGREDIENTES

2 PECHUGAS DE POLLO ½ LIBRA DE QUESO EN LONCHAS

½ LIBRA DE JAMON OPCIONAL CIRUELA PASA

SAL PIMIENTA AJO DESHIDRATADO (MEZCLAR ESTE ADOBO)

1 - DESHUESAMOS LAS PECHUGAS, PARTIMOS A LA MITAD, LUEGO LAS FILETEAMOS LAS ADOBAMOS CON SAL PIMIENTA Y AJO, CADA FILETE DE PECHUGA LO CUBRIMOS CON JAMON Y SOBRE ESTE COLOCAMOS EL QUESO Y OPCIONAL PODEMOS AGREGAR CIRUELAS, LUEGO LAS ENROLLAMOS SOBRE SI MISMAS Y LAS EMBOLVEMOS CON PAPEL VINIPEL FORMANDO UN ROLLO, COLOCAMOS A HERBIR AGUA Y EN ESTA COLOCAMOS LOS ROLLITOS DURANTE 45 MINUTOS DEJAR REPOSAR LLEVAR A LA NEVERA DE UN DIA PARA OTRO.

SALSA DE MARACUYA



3 UNIDADES DE MARACUYA

1 CUCHARADA DE MANTEQUILLA

3 CUCHARADAS DE AZUCAR, SAL, PIMIENTA ,1 CUCHARADA DE FECULA

EXTRAEMOS LA PULPA ADICIONAMOS EL AZUCAR Y LLEVAMOS A CALAR POR 5 MINUTOS TERMINO DE BRILLO DEJAMOS REPOSAR Y REALIZAMOS UN LICUADO RAPIDO, CERNIMOS Y LLEVAMOS A COCCION AGREGANDO LA MANTEQUILLA Y UN TOQUE DE SAL Y PIMIENTA, CUANDO ESTE EN PUNTO DE EBULLICION LE ADICIONAMOS LA FECULA DILUIDA EN UN POCO DE VINO O AGUA VINO DAMOS TIEMPO DE COCCION QUE TOME UN CUERPO SEMIESPESO LIGERO Y RETIRAMOS DEL FUEGO

COCTEL ROSADO



INGREDIENTES

ZUMO DE CEREZA CHERRY

GASEOSA PREMIO

LECHE LIQUIDA

CREMA DE LECHE

AGUARDIENTE

PARA DECORAR: CEREZAS, RALLADURA DE NARANJA **O** RODAJA DE LIMON

HIELO A GUSTO PREPARADO CON GASEOSA

PREPARACION

LLEVAMOS A LICUADORA ZUMO DE CEREZA CON GASEOSA LECHE LIQUIDA AGREGAMOS CREMA DE LECHE Y REALIZAMOS UN LICUADO RAPIDO, LUEGO AGREGAMOS AGUARDIENTE CANTIDAD DESEADA SERVIR FRIO

POSTRE DE CAFÉ





INGREDIENTES

3 -CUCHARADAS DE CAFÉ INSTANTANEO PREPARADO EN MEDIA TAZA DE AGUA HERVIDA

1 LITRO DE LECHE LIQUIDA 400 GRAMOS DE LECHE CONDENSADA, 250 GRAMOS CREMA DE LECHE.

GELATINA SIN SABOR OPCIONAL ESENCIA DE CAFÉ O LICOR DE CAFÉ

PREPARACION: LA TINTA DE CAFÉ PREPARADA DEBE ESTAR FRIA LEVAMOS A LA LICUADORA Y AGRAGAMOS LA LECHE CONDENSADA Y SEGUIDO LA LECHE LIQUIDA RECTIFICAMOS DULCE Y LE ADICIONAMOS LA CREMA DE LECHE LICUADO RAPIDO INMEDIATO LE ADICIONAMOS LA GELATINA SIN SABOR HIDRATADA EN LECHE LIQUIDA, LLEVAMOS A LA REFRACTARIA O MOLDE INDIVIDUALES Y COLOCAMOS A REFRIGERACION DECORAR CON CEREZA CHERRY.

ENSALADA POSTRE DE PIÑA EN BLOQUE **INGREDIENTES**



1 PIÑA CALADA 1 CAJA DE GELATINA DE PIÑA
2 ZANAHORIAS EN CRUDO 1 LITRO DE LECHE

250 CC CREMA DE LECHE 1 LIBRA DE AZUCAR

PREPARACION: SE CALA LA PIÑA CON EL AZUCAR CANTIDAD REQUERIDA,

PREPARAR LA GELATINA DE PIÑA ADICIONANDO 1 CUCHARADA DE GELATINA SIN SABOR PARA MAYOR CONSISTENCIA

LA ZANAHORIA SE RALLA EN CRUDO

125 GRAMOS DE QUESO PARMESANO
3 CUCHARADAS DE GELATINA SIN SABOR DILUIDA EN MEDIA TAZA DE LECHE Y LLEVAR A HIDRATAR

LA GELATINA PREPARADA LA CORTAMOS EN DADO MEDIANO Y LA MEZCLAMOS CON LA PIÑA CALADA Y A ESTE LE AGREGA LA ZANAHORIA RALLADA EN CRUDO MEZCLAR SUAVEMENTE Y MUY BIEN, AGREGAR LA CREMA DE LECHE, LECHE LIQUIDA Y LA GELATINA SIN SABOR MEZCLAMOS MUY BIEN LLEVAMOS A REFRACTARIA O MOLDE INDIVIDUAL Y LLEVAR A REFRIGERACION.

ANTES DE QUE TOME CONSISTENCIA TOTAL CUBRIR CON QUESO PARMESANO.

RECUERDE PARA ESTA ENSALADA POSTRE NO REQUIERE DE LICUADORA

SHOP SUEY





INGREDIENTES : 1 LIBRA DE CARNE DE CERDO- 1 1/2 LIBRA DE HABUICHUELA 1 LIBRA DE CEBOLLETA 1 LIBRA DE ZANAHORIA 1 BROCOLY MEDIANO 1 MATA DE APIO ,1 CALABACIN AMARILLO O VERDE 1 PIMENTON ROJO 1 PIMENTON VERDE , SALSA SOYA SAL PIMIENTA 1 CUCHARADA DE FECULA ACEITE

PREPARACION: LA CARNE DE CERDO O POLLO LA PARTIMOS EN DADO EN CRUDO LA SALPIMENTAMOS Y AGREGAMOS UN POCO DE SALSA DE SOYA DEJAMOS MARINAR UN POCO, AL MOMENTO DE SELLAR LE APLICAMOS UN POCO DE FECULA Y DEJAMOS FREIR A FUEGO MEDIO

EL BROCOLI O COLIFLOR LO SACAMOS EN CADEJO Y LO LLEVAMOS A BLANQUEAR CON UN TOQUE DE AZUCAR Y VINAGRE, RETIRAMOS DEL FUEGO Y DAMOS CHOQUE TERMICO.

LAS ZANAHORIAS, HABICHUELA, PIMENTONES CORTE JULIANA CORTO Y DELGADO

LA CEBOLLETA LA PARTIMOS EN OCTAVOS, EL APIO Y EL CALABACIN BASTONES CORTOS MEDIANOS, APARTE DEL BROCOLY TODO LO DEMAS SE SELLA EN POCO ACEITE CON SAL Y PIMIENTA. Y POR SEPARADO

UNA VEZ TENGAMOS TODO SELLADO MEZCLAMOS Y LLEVAMOS A COCCION Y ESTO LE AGREGAMOS 1 ½ TAZA DE AGUA SOYA Y EN ELLA DILUIMOS 1 CUCHARDA COLMADA DE FECULA EL CUAL ES EL ESPESANTE EN EL SHOP SUEY DEJAMOS A COCCION UNOS 1 MINUTOS Y SERVIR CALIENTE .

JAMON DE PIERNA AHUMADO BLANCO





1 PIERNA DE CERDO SIN HUESO.

SALMUERA: EJEMPLO SI TENEMOS 5 LIBRAS DE PIERNA DE CERDO LE ADICIONAMOS A LA SALMUERA 3 CUCHARADAS DE SAL X ½ VASO DE VINAGRE BLANCO EN EL CUAL DILUIMOS LA SAL Y EN ESTO COLOCAMOS LA CARNE FROTANDO DEJAMOS EN ESTA SALMUERA POR 3 HORAS COMO MINIMO, LUEGO LO RETIRAMOS DE LA SALMUERA JUAGAMOS CON AGUA HELADA Y SECAMOS CON UN PAÑO ABSORVENTE

EN AGUA HIRBIENDO COLOCAMOS HOJAS DE LAUREL 3TALLOS DE APIO 4 RAMAS DE ROMERO FRESCO CEBOLLA PUERRO EN SU DEFECTO CEBOLLA EN RAMA UN SOBRE DE MOSTAZA MEDIANO DE BUENA CALIDAD RECTIFICAMOS SAL PIMIENTA, COLOCAMOS EL PERNIL PREVIAMENTE AMARRADO PARA QUE NO SE DEFORME DEJAMOS A COCCION POR 2 HORAS Y MEDIA RETIRAMOS DEL FUEGO DEJAMOS AMARRADO Y LLEVAMOS A AHUMADO DE UN DIA PARA OTRO.

SALSA DE CIRUELA

INGREDIENTES: 1/4 DE CIRUELA PASA SIN PEPA 1 /2 VASO DE VINO TINTO

1 CUCHARADA DE MANTEQUILLA MIEL O AZUCAR CANTIDAD NECESARIA

1 TAPITA DE VINAGRE SAL PIMIENTA Y FECULA

EN EL VINO UN POCO TIBIO COLOCAMOS A HIDRATAR LAS CIRUELAS LUEGO SE LICUAN Y SE LLEVAN A FUEGO CON LA MANTEQUILLA SAL Y PIMIENTA, AGREGAMOS LA MIEL O AZUCAR RECTIFICAMOS ACIDES DEJAR UN MOMENTO EN EBULLICION Y RETIRAR DEL FUEGO

ENSALADA MANZANA VERDE Y AGUACATE **INGREDIENTES**



1 AGUACATE MADURO DE CONSISTENCIA FIRME PARA BUEN CORTE

3 MANZANAS VERDES

1 MANGPO TOMY O KENT

HOJAS DE LECHUGA BATAVIA

UN LIMON TAITY SAL PIMIENTA

PREPARACION. EL CORTE DE LA MANZANA, EL MANGO EN CUADRO O DADO MEDIANO, EL CORTE DEL AGUACATE SE HARÁ EL DOBLE E TAMAÑO QUE LA FRUTA, LA LECHUGA TROCEADA A MANO.

SALSA: EN EL ZUMO DE LIMÓN DILUIMOS LA MIEL Y A ESTA LE ADICIONAMOS SAL PIMIENTA Y BAÑAMOS SERVIR FRÍA.

ESTA ENSALADA PUEDE SUSTITUIR LA LECHUGA POR APIO BLANQUEADO CORTE EN BASTON CORTO

PARA ACOMPAÑAR FILETE DE PECHUGA A LA PLANCHA

ENSALADA MANZANA VERDE APIO AGUACATE **INGREDIENTES**



3 MANZANAS VERDES

3 TALLOS DE APIO

MAYONESA, CREMA DE LECHE

SAL PIMIENTA AZUCAR O MIEL

PREPARACION: BLANQUEAR EL APIO LUEGO DAR CHOQUE TERMICO CORTE MEDIANO

EL CORTE DE LOS AGUACATES DADO MEDIANO IGUAL LA MANZANA

SALSA.: LA MAYONESA VA DE ACUERDO AL VOLUMEN DE LOS INGREDIENTES, ADICIONAMOS DE A POCO EL LIMON A LA MAYONESA MEZCLAMOS HASTA QU SE MEZCLEN MUY BIEN AGREGAR SAL PIMIENTA Y UN TOQUE DE AZUCAR O MIEL BAÑAR Y MEZCLAR

ENSALADA DE DURAZNO Y PIÑA



INGREDIENTES

1 PIÑA CALADA

1 LIBRA DE AZUCAR

1 LATA DE DURAZNOS

1 PAPAYA MEDIANA

3 MANGOS TOMY

CREMA DE LECHE

PREPARACION: SE CALA LA PIÑA CON EL AZUCAR CANTIDAD NECESARIA Y A ESTO LE AGREGO LA FRUTA PICADA EN DADO MEDIANO MEZCLO MUY BIEN Y LUEGO BAÑO CON SUFICIENTE CREMA DE LECHE SERVIR FRIA

PIONONOS DE JAMON



INGREDIENTES

12 UNIDADES DE SALCHICHA PERRO

1/2 LIBRA DE JAMON

1 TARRO DE QUESO CREMA

CREMA DE LECHE

GELATINA SIN SABOR 1 cucharada ras

PIMENTON ROJO VERDE Y PEREJIL

PREPARACION:

LOS PIMENTONES POR SEPARADO SACAMOS TIRAS MUY FINAS (SELLAMOS CON SAL Y PIMIENTA

EL PEREJIL LO PICAMOS MUY FINAMENTE LO RESERVAMOS EN CRUDO

APARTE MEZCLAMOS EL QUESO CREMA Y CREMA DE LECHE Y DILIUMOS UNA CUCHARADA DE GELATINA LA HIDRATAMOS Y MEZCLAMOS AL QUESO Y A ESTA MEZCLA LE AGREGO EL PEREJIL Y LA GELATINA SIN SABOR HIDRATADA EN UN POCO DE LECHE O AGUA

EXTENDEMOS EN UNA BANDEJA LAS LONCHAS DE JAMON Y SOBRE ELLAS COLOCAMOS UNA CAPA DE MEZCLA D CREMA Y QUESO Y SOBRE ESTA LA SALCHICHA Y EL PIMENTON SALCHICHA Y UNA TIRA DE PIMENTON ROJO Y EL VERDE. ENROLLAMOS CUIDAOSAMENT SOBRE SI Y LLEVAMOS A REFRIGERACION

SOBREBARRIGA RELLENA



1 PIEZA DE SOBREBARRIGA POR DOS LIBRAS

1 1/2 LIBRA DE CARNE DE CERDO MOLIDA

1 1/ 2 LIBRAS DE CARNE DE RES MOLIDA

2 ZANAHORIAS MEDIANAS EN CRUDO

1 /2 LIBRA DE ARVEJA FRESCA

1 /4 LIBRA DE HABICHUELA

SAL PIMIENTA 1 CERVEZA 1/2 TAZA DE VINO DE COCINA

1 LIBRA DE CEBOLLETA 1 CABEZA DE AJOS FRESCOS

EN LA CERVEZA LICUAMOS LA SAL PIMIENTA CEBOLLETA Y AJOS DIVIDIMOS ESTE LICUADO EN DOS PARTES A UNA DE ELLA ES PARA LA CARNE DE CERDO Y LA OTRA PARA LA CARNE DE RES DEJAMOS EN ESTE ADOBO DE UN DIA PARA OTRO

CON LA PIEZA DE SOBREBARRIGA HACEMOS UN COJIN, BIEN COCIDO , EN EL MOMENTO DE RELLENAR UNIMOS LAS CARNES Y EN LA MEDIA TAZA DE VINO DILUIMOS LA GELATINA SIN SABOR Y LE AGREGAMOS A LAS CARNES LA HABICHUELA FILETEADA EN RODAJA FINA LA ZANAHORIA PICADA EN DADO PEQUEÑO Y LA ARVEJA TODA LA VERDURA EN CRUDO.

CERRAMOS EL COJIN LO FORRAMOAS Y LLEVAMOS A AGUA HERVIDA POR 2 1 /2 HORAS A 3 DEJAMOS REPOSAR DE UN DIA PARA OTRO Y LUEGO PORCIONAR .

ENSALADA EN SALSA DE MARACUYA



INGREDIENTES

1 PIÑA O PAPAYA

4 MANZANAS VERDE

4 PERAS

2 MANGOS.

4 BANANOS HIERBABUENA UN MANOJO FRESCO

4 UNIDADES DE MARACUYA

1 TAZA DE CREMA DE LECHE

1 LATA DE LECHE CONDENSADA

ACONDICIONAMOS TODAS LAS FRUTAS CON CORTE DESEDO

SALSA APARTE EXTRAEMOS EL ZUMO DE MARACUYA CON UN LICUADO RAPIDO CERNIMOS. Y A ESTE ZUMO LE AGREGAMOS LA LECHE CONDENSADA Y CREMA DE LECHE LE AGREGAMOS LA HIERBABUENA FINAMENTE PICADA MEZCLAMOS Y BAÑAMOS LA FRUTA

GRACIAS MIS QUERIDAS APRENDICES

HASTA PRONTO