RECETARIO COCINA BASICA: FICHA

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 (SI LO DESEA)

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 2 -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



3 -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

SALSA DE CARNE
LOS LIQUIDOS QUE SE OBTIENEN DE EL ASADO PODEMOS PREPARAR UNA SALSA PARA ESTA CARNE CERNIMOS BIEN LLEVAMOS A COCCION AGREGANDO SI SE DESEA UN POCO DSE VINO BLANCO O - 4 -VINO TINTO LLEVAMOS A COCCION Y PARA DARLE CUERPO A ESTA SALSA LE ADICIOMNMOS UN POCO DE FECULA DILUIDA SEA EN VINO O AGUA VINO TERMINO SEMIESPESO.

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.

2- LUEGO TAJAMOS Y PODEMOS SERVIR ACOMPAÑADO DE SALSA DE MARACUYA O UNA BECHAMEL

EL CORDON BLUE SI DESEA APANADO HACE EL PROCESO DE PREPARACION INICIAL LO LLEVAS A COCCION POR MITAD DE TIEMPO DEJA REPOSAR CUANDO ESTE BIEN FRIO PROCEDE A APANAR Y LUEGO LLEVA A FRITURA.

SI LO DESEA ASADO IGUAL REALIZA EL PRIMER PROCESO COCCION MITAD DE TIEMPO DEJA REPOSAR CUANDO ESTA BIEN FRIO LO CUBRES CON UN POCO DE MANTEQUILLA CLARIFICADA.

5- (IGUAL DERRETIDA) PUEDE SER ENRIQUESIDA CON FINAS HIERVAS O CON QUESO CREMOSO Y SEMILLAS DE AJONJOLI LLEVAMOS LUEGO A ASADO EN HORNO PRECALENTADO POR ESPACIO DE QUINCE MINUTOS Y TERMINO DORADO DE ASADO.

NOTA: SE RECOMIENDA EL PROCESO DE COCION MITAD DE TIEMPO Y REPOSO PARA ASADO Y APANADO EL QUESO GRATINA Y DEBE SOLIDIFICARSE. PARA LLEVAR AL SEGUNDO PASO SEA DE ASADO O APANADO PARA ASI OBTENER UN RESULTADO DE COCION TOTAL

SI EL APANADO LO HACE DIRECTAMENTE Y LLEVA A FRITURA EL RESULTADO PUEDE SER QUESO COMPLETAMENTE DERRETIDO EN EL ACEITE Y ADEMAS GRASOSO Y EL POLLO CRUDO

IGUAL EL PROCESO DEL ASADO DORADO POR LA PARTE EXTERNA Y CRUDO EN LA PARTE

INTERNA.
EL CORDON BLUE LE PUEDE ADICIONAR HUEVOS DE CODORNIZ COCIDOS, ESPARRAGO O ESPINACA BLANQUEADA, O SI ES INFANTIL SER HAWAIANO CON PIÑA CALADA O CIRUELA SEGÚN GUSTO .
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 .

TOMATES APANADOS
3 TOMATES VERDES LOS TAJAMOS, RETIRAMOS SEMILLA LOS SALPIMENTAMOS LUEGO LOS PASAMOS POR UNA MEZCLA DE LECHE O AGUA LECHE Y UN HUEVO PREVIAMENTE BATIDOS Y POR ULTIMO LOS PASAMOS POR HARINA RETIRAMOS EXCESO Y POR APANATODO O MIGA DE PAN =
LLEVAMOS A FREIR PARA ACOMPAÑAR CARNES SERVIR CALIENTE

6 - 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, SI EL COCTEL LO DESEA CREMOSO AGREGAR MAS CANTIDAD DE CREMA DE LECHE.

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 7 -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



