RECETARIO PRÁCTICO

Programa**: Preparación COCINA CALIENTE**

Ficha 2080496 ficha 2084029

Resultado de aprendizaje:

Preparar salsas calientes nacionales
Elaborar platos calientes nacionales
Elaborar preparaciones básicas calientes de acuerdo a la receta estándar

SOBREBARRIGA A LA CERVEZA
INGREDIENTES:
1- kilo de sobrebarriga delgada = (original)
2 cervezas
3 tallos de apio

3 ramas de cebolla de verdeo o cebollín 2 cebolletas medianas

1 zanahoria mediana rallada en crudo sal pimienta orégano deshidratado cilantro aceite laurel

Preparación: Porcionar la sobrebarriga aproximadamente en 6 porciones, y absolutamente sin ningún adobo la llevamos a una sarten a sellar con aceite hasta termino dorado asado

En olla a presión coloco aceite, apio, cebolla cortada en aro o cebollín, cebolletas en juliana corta cilantro finamente picado con tallo, la zanahoria rallada y el laurel sal pimienta orégano cuando las cebollas se hayan sellado agrego la cerveza y la carne la cerveza debe cubrir la carne tapo la olla a presión y doy cocción a ¾ luego destapamos y dejamos reducir el líquido hasta obtener una salsa semiespesa y así también completar la cocción de la carne

Si desea la sobrebarriga gratinada llegue hasta el cuarto de cocción coloque la carne en una lata de asado engrasada coloque un poco de salsa a la carne y esta cúbrala con queso parmesano lleve a horno precalentado hasta obtener un gratinado dorado servir caliente.

LOMO DE CERDO AGRIDULCE

INGREDIENTES:

3 LIBRAS DE LOMO DE CERDO CAÑÓN

ACEITE SUFICIENTE

1 TAZA RAS DE AZÚCAR ZUMO DE 2 NARANJAS

6 CLAVOS DE OLOR 3 RAMAS DE CANELA

SAL PIMIENTA 1 TAZA DE VINO TINTO

PREPARACIÓN: AL LOMO LE COLOCAMOS SAL Y PIMIENTA LUEGO EN ACEITE FRIO LO LLEVAMOS A SELLLAR A FUEGO LENTO HASTA QUE TOME UN TONO DORADO, LUEGO LOE PREPARAMOS LA SIGUIENTE SALSA:

NOTA. PARA QUE EL LOMO CONSERVE SU FORMA ANTES DE SELLARLO AMARRELO, Y ASI LUEGO DE COCIDO O ASADO PUEDA PORCIONAR EN MEDALLONES

DILUIMOS EL AZUAR EN EL VINO TINTO LUEGO AGREGO LA CANELA LOS CLAVOS LLEVO AL FUEGO AGREGANDO PARTE DE LA GRASA DEL SELLADO Y EN ELLO COLOCO EL LOMO TAPO LA OLLA DEJO A COCCION POR 20 MINUTOS Y VOLTEO EL LOMO PARA COCCION PAREJA , LUEGO DE ESTE TIEMPO AGREGO EL ZUMO DE NARANJA Y DOY COCCION POR MEDIA HORA HASTA QUE LA SALSA HAGA REDUCCION SI LA DESEA ESPESA ADICIONE UN POCO DE FECULA , SI LO DESEA AL HORNO SOLO AGREGUE LA SALSA Y LLEVELO TAPADO CON PAPEL ALUMINIO EL PRIMER TIEMPO, LUEGO DESTAPE PARA QUE DORE Y HAYA ASADO COMPLETO

POSTRE DE AREQUIPE

1 TARRO AREQUIPE MEDIANO DE BUENA CALIDAD (COLANTA)

1 LITRO DE LECHE LIQUIDA

300CC DE CREMA DE LECHE

GELATINA SIN SABOR

EL AREQUIPE CON LA MITAD DE LA LECHE LO DILUIMOS NO DEBE QUEDAR MUY LIQUIDO TEXTURA CREMA ESPESA Y A ESTO LE AGREGO LA CREMA DE LECHE Y MEZCLO CON BATIDORA O GLOBO DE ALAMBRE LUEGO EN MEDIA TAZA DE LEHE LIQUIDA COLOCO 2 CUCHARADAS DE GELATINA SIN SABOR Y HIDRATO AL BAÑO MARIA Y LE AGREGO AL BATIDO ANTERIOR QUE SE INTEGRE MUY BIENM COLOCO EN REFRACTARIA Y LLEVO A LA NEVERA , ESTE POSTRE LO PUEDE DECORAR CON LLUVIA DE COCO FRESCO RALLADO, O ANTES DE QUE LLEVE A REFRACTARIA LE PUEDE AGREGAR PASAS.

PARA QUE NO SE EXCEDA EN DULCE AGREGUE DE A POCO EL AREQUIPE A LA LECHE PUEDE LICUAR UNA PARTE Y AGREGUE LO QUE UD VEA LE HACE FALTA O EL DULCE QUE UD MANEJE MEDIO BAJO O ALTO.

AIDA HERNANDEZ DE DUQUE

Instructora.