MATERIAL DE APOYO

PROGRAMA DE FORMACIÓN: COMIDAS RÁPIDAS

COMPETENCIA: PREPARAR ALIMENTOS DE ACUERDO A LA SOLICITUD DEL CLIENTE. (EQUIVALE A LA NORMA NTS USNA 001 DEL MINCOMERCIO, INDUSTRIA Y TURISMO)

INSTRUCTORA: LOLA JIMENA TORO

TEMA: RECETARAS DE DESGRANADOS Y ALAS EN VARIEDAD DE SALSAS.

INTRODUCCIÓN

Desgranados: comida rápida suramericana que consiste en la mezcla de ingredientes como carnes, verduras y salsas que contiene mucha cantidad de maíz dulce.



Fuente de imagen: https://alqueria.com.co/recetas/mazorca-desgranada

DESGRANADO DE RES

Ingredientes
150gr de carne de res corte strogonoff (fajitas)
50gr de tocineta corte en lardones
100gr de lechuga corte chiffonade
50gr de pimenton corte juliana
150gr de maíz tierno
50gr de ripio de papa
100gr de salsa de queso
10ogr de maduro corte en dados frito
15gr de jalapeños
Cilantro al gusto finamente picado
2 cucharadas de salsa de soya
Sal al gusto
Una cucharada de mostaza

Preparación
En un sarten agregar aceite llevar al fuego cuando este caliente incorporar las carne y salsa de soya mostaza y sal saltear durante 5 minutos, adicionar, pimenton, maíz, tocineta, jalapeños cocer durante 2 minutos, Para emplatar colocar en el centro de un plato lechuga, la mezcla de carne, ripio, maduro, cubrir (napar) con la salsa de queso y decorar con cilantro.

DESGRANADO DE CERDO
Ingredientes
100gr de carne de cerdo corte strogonoff (fajitas)
100gr de lechuga corte chiffonade
50gr de pimenton corte juliana
50gr de cebolleta blanca corte pluma
150gr de maíz tierno
50gr de ripio de papa
Un chorizo corte sifflet y frito
100gr de salsa de queso
Cilantro al gusto finamente picado
2 cucharadas de salsa de soya
100gr de piña corte en dados y calada
Sal al gusto
Una cucharada de mostaza
Preparación
Preparación
En un sarten agregar aceite llevar al fuego cuando este caliente incorporar las carne y salsa de soya mostaza y sal saltear durante 5 minutos, adicionar, pimenton, cebolleta, maíz, cocer durante 2 minutos, Para emplatar colocar en el centro de un plato lechuga, la mezcla de carne, ripio, chorizo, cubrir (napar) con la salsa de queso y decorar con cilantro.

DESGRANADO MIXTO
Ingredientes
75gr gr de carne de cerdo corte strogonoff (fajitas)
75gr gr de pechuga corte strogonoff (fajitas)
50gr de tocineta corte en lardones
100gr de lechuga corte chiffonade
50gr de pimenton corte juliana
50gr de cebolleta blanca corte pluma
100gr de maduro corte en dados frito
50gr de champiñones corte en laminas
150gr de maíz tierno
50gr de ripio de papa
100gr de salsa de queso
Cilantro al gusto finamente picado
2 cucharadas de salsa de soya
Sal al gusto
Una cucharada de mostaza
Preparación

Preparación
En un sarten agregar aceite llevar al fuego cuando este caliente incorporar las carne y salsa de soya mostaza y sal saltear durante 5 minutos, adicionar, pimenton, cebolleta, maíz, champiñones, cocer durante 2 minutos, Para emplatar colocar en el centro de un plato lechuga, la mezcla de las carnes, ripio, maduro, cubrir (napar) con la salsa de queso y decorar con cilantro.

DESGRANADO POLLOMIX
Ingredientes
150gr gr de pechuga corte strogonoff (fajitas)
50gr de tocineta corte en lardones
100gr de lechuga corte chiffonade
50gr de pimenton corte juliana
50gr de cebolleta blanca corte pluma
50gr de champiñones corte en laminas
150gr de maíz tierno
50gr de ripio de papa
100gr de salsa de queso
Cilantro al gusto finamente picado
2 cucharadas de salsa de soya
Sal al gusto
Un chorizo corte sifflet y frito
Una cucharada de mostaza
Preparación
Preparación
En un sarten agregar aceite llevar al fuego cuando este caliente incorporar pechuga, salsa de soya mostaza y sal saltear durante 5 minutos, adicionar, pimenton, cebolleta, maíz, champiñones, cocer durante 2 minutos, Para emplatar colocar en el centro de un plato lechuga, la mezcla de las carnes, ripio, chorizo, cubrir (napar) con la salsa de queso y decorar con cilantro

SALSA DE QUESO PARA UNA PORCIÓN
Ingredientes
2 lochas de queso
50ml de leche liquida
2 cucharadas de salsa de queso cheddar
Preparación
Agregar todos los ingredientes en un sarten, llevar a fuego medio hasta que se funda el queso. Servir caliente.

ALAS EN SALSA DE BÚFALO
Ingredientes
Para las alas
10 unidades de punta de ala de pollo, retirar las plumas que traiga (flamear)
150 gramos de harina de trigo
4 cucharadas de salsa de soya
Sal y pimienta al gusto cucharadas de mostaza

1 gramo de orégano en polvo
1 gramo de ajo en polvo
Aceite cantidad necesaria para freír
Una pizca de curry
Para la salsa
100 gramos de panela rallada o azúcar
200ml de zumo de naranja
15 gramos de mantequilla o aceite
200 gramos de salsa de tomate
Sal y pimienta al gusto
Una cucharada de ají líquido
3 cucharadas de vinagre
2 cucharadas de salsa de soya
2 cucharadas de mostaza
Preparación
En un recipiente agregamos alas, curry, sal, mostaza, salsa de soya y pimienta, mezclamos bien y reservamos, aparte en un recipiente mezclamos harina, sal, pimienta, orégano, ajo en polvo, curry, pasamos las alas por la mezcla de harina y la llevamos a fritura hasta que estén doradas.
Para la preparación de la salsa
En una olla agregamos todos los ingredientes llevamos a fuego medio, sin parar de revolver hasta que llegue a hervor. Para emplatar las alas se colocan las alas en un plato y napamos con la salsa.

ALAS EN SALSA DE TOMATE DE ÁRBOL
Ingredientes
Para las alas
10 unidades de punta de ala de pollo, retirar las plumas que traiga
150 gramos de harina de trigo
4 cucharadas de salsa de soya
Sal y pimienta al gusto
1 gramo de orégano en polvo
1gramo de ajo en polvo
Aceite cantidad necesaria para freír
Una pizca de curry
2 cucharadas de mostaza
Para la salsa
2 cucharadas de miel
Una cucharada de azúcar
200 gramos de pulpa de tomate de árbol
2 cucharadas de salsa de soya
Sal y pimienta al gusto

Una cucharada de zumo de limón
2 cucharadas de vinagre
Una lámina de jengibre
100ml de agua

Preparación

En un recipiente agregamos alas, curry, sal, 2 cucharadas de mostaza, salsa de soya y pimienta, mezclamos bien y reservamos, aparte en un recipiente mezclamos harina, sal pimienta, orégano, ajo en polvo curry, pasamos las alas por la mezcla de harina y la llevamos a fritura hasta que estén doradas.

Para la preparación de la salsa

En una olla agregamos todos los ingredientes, llevamos a fuego medio sin parar de revolver hasta que llegue a hervor. Para emplatar las alas se colocan las alas en un plato y napamos con la salsa.

ALAS MIEL Y MOSTAZA

Ingredientes

Para las alas

10 unidades de punta de ala de pollo, retirar las plumas que traiga
150 gramos de harina de trigo
4 cucharadas de salsa de soya
Sal y pimienta al gusto
Aceite cantidad necesaria para freír
Una pizca de curry
1 gramo de orégano en polvo
1gramo de ajo en polvo
2 cucharadas de mostaza

Para la salsa

100gr de miel
150 gramos de mostaza
Sal y pimienta al gusto
2 cucharadas de salsa de soya
2 cucharadas de vinagre
Una cucharada de pasta de tomate

Preparación

En un recipiente agregamos alas, curry, sal, 2 cucharadas de mostaza, salsa de soya y pimienta, orégano, ajo en polvo mezclamos bien y reservamos, aparte en un recipiente mezclamos harina, sal pimienta, curry, pasamos las alas por la mezcla de harina y la llevamos a fritura hasta que estén doradas.

Para la preparación de la salsa

En un recipiente mezclar todos los ingredientes, llevar al fuego hasta que llegue a hervor. Para emplatar las alas se colocan las alas en un plato y napamos con la salsa.

ALAS A LA BBQ

Ingredientes para las alas

10 unidades de punta de ala de pollo, retirar las plumas que traiga
150 gramos de harina de trigo
4 cucharadas de salsa de soya
Sal y pimienta al gusto
1 gramo de orégano en polvo
1gramo de ajo en polvo
Aceite cantidad necesaria para freír
Una pizca de curry
2 cucharadas de mostaza

Para la salsa

100 gramos de panela o azúcar diluida en 300 ml de agua
200 gramos de salsa de tomate
30 gramos de pasta de tomate
Una pizca de curry
4 cucharadas de vinagre
Sal y pimienta al gusto
4 cucharadas de salsa de soya
2 gramos de ajo en polvo
2 gramos de orégano en polvo
2 cucharadas de humo liquido

Preparación

En un recipiente agregamos alas, curry, sal, 2 cucharadas de mostaza, salsa de soya y pimienta, mezclamos bien y reservamos, aparte en un recipiente mezclamos harina, sal pimienta, curry, pasamos las alas por la mezcla de harina y la llevamos a fritura hasta que estén doradas.

Para la preparación de la salsa En una olla agregar todos los ingredientes, llevar a cocción a fuego medio, sin parar de revolver, cocer durante 5 minutos**.**

Para emplatar las alas se colocan las alas en un plato y napamos con la salsa.

Nota estos platos se puede acompañar con:

CRUDITÉS: Las Crudités (traducido al español: crudezas) son una gama de primeros platos (hors d'oeuvre en francés) tradicionales de la gastronomía francesa, compuestos de hortalizas crudas. Se pueden tomar también como aperitivo.

PAPAS A LA FRANCESA

Ingredientes

500gr de papa capira, lavar con cascara, pelar y realizar corte en bastones.
Aceite cantidad necesaria
4 cucharadas de harina de trigo
10 gramos de sal

Preparación

En un reciente colocar las papas cubrir con sal y harina de trigo, no revolver solo esparcir, con la ayuda de un cernidor retirar la harina que queda, llevar a freír durante 10 minutos a 100 °C, retirar del aceite dejar enfriar, empacar en bolsas plásticas y llevar a congelación hasta su consumo, para consumir volver a freír hasta que estén doradas.

Nota. Después de realizar el corte de la papa no lavar, por tal motivo se lava primero antes de pelar.

ALAS EN SALSA DE MARACUYÁ

Ingredientes

Para las alas

10 unidades de punta de ala de pollo, retirar las plumas que traiga
150 gramos de harina de trigo
4 cucharadas de salsa de soya
Sal y pimienta al gusto
Aceite cantidad necesaria para freír
Una pizca de curry
1 gramo de orégano en polvo
1 gramo de ajo en polvo
2 cucharadas de mostaza

Preparación

En un recipiente agregamos alas, curry, sal, 2 cucharadas de mostaza, salsa de soya y pimienta, orégano, ajo en polvo mezclamos bien y reservamos, aparte en un recipiente mezclamos harina, sal pimienta, curry, pasamos las alas por la mezcla de harina y la llevamos a fritura hasta que estén dorada

Ingredientes para la salsa

200ml de zumo de maracuyá
100ml de agua
3 cucharadas de vinagre
Sal y pimienta al gusto
60 gramos de azúcar
10 gramos de fécula de maíz disuelto en 50ml de agua
Una cucharada de mostaza
3 cucharadas de salsa de soya
Una lámina de jengibre
15 gramos de mantequilla o aceite

Preparación

En una olla mezclar todos los ingredientes llevar a cocinar durante 5 minutos sin parar de revolver. Para emplatar las alas se colocan las alas en un plato y Napar con la salsa.

ALAS EN SALSA DE UCHUVAS

Ingredientes

Para las alas

10 unidades de punta de ala de pollo, retirar las plumas que traiga
150 gramos de harina de trigo
4 cucharadas de salsa de soya
Sal y pimienta al gusto
Aceite cantidad necesaria para freír
Una pizca de curry
1 gramo de orégano en polvo
1 gramo de ajo en polvo
2 cucharadas de mostaza

Preparación

En un recipiente agregamos alas, curry, sal, 2 cucharadas de mostaza, salsa de soya y pimienta, orégano, ajo en polvo mezclamos bien y reservamos, aparte en un recipiente mezclamos harina, sal pimienta, curry, pasamos las alas por la mezcla de harina y la llevamos a fritura hasta que estén doradas

Para la Salsa

Ingredientes

100 gramos de uchuvas
100ml de agua
15 gramos de mantequilla
Sal y pimienta al gusto
30 gr de azúcar
3 cucharadas de vinagre
Sal y pimienta
3 cucharadas de salsa de soya
30ml de zumo de limón
5gr de fécula de maíz disuelta en 15ml de agua

Preparación

En un satén agregar mantequilla llevar al fuego y saltear las uchuvas durante 2 minutos, adicionar los demás ingredientes y cocer durante 3 minutos sin parar de revolver