RECETARIO PRÁCTICO

Programa**: Preparación COCINA BASICA**

Ficha: 2084078 ficha 2084060

Resultado de aprendizaje:

Elaboración de preparaciones de base
Aplicación de normas
Elaboración de platos calientes



CREMA DE MANGO

INGREDIENTES
3 TAZAS DE ZUMO DE MANGO
1 LATA DE LECHE CONDENSADA
½ LITRO DE CREMA DE LECHE
1 TAZA DE MANGO PICADO EN BRUNOISE 0 CUADRITOS
2 CUCHARADAS DE GELARINA SIN SABOR
½ TAZA DE AGUA PARA DILUIR LA GELATINA
ZUMO DE MANGO: LO OBTENEMOS LICUANDO LA PULPA DE MANGO EN 1 TAZA DE LECHE
PREPARACION: COLOCO EN LA LICUADORA LA PULPA DE MANGO, MAS UNA PARTE DE LECHE CONDENSADA Y CREMA DE LECHE LICUO SUAVEMENTE Y VOY RECTIFICANDO EL DULCE SI ES NECESARIO ADICIONO MAS LECHE CONDENSADA Y VOY AGREGANDO LA GELATINA SIN SABOR PREVIAMENTE HIDRATADA, LUEGO EN LA REFRACTARIA COLOCO LOS TROCITOS DE MANGO Y SOBRE ESTO VOLCO EL LICUADO ANTERIOR POR ULTIMO LLEVO A LA NEVERA A QUE TOME CONSISTENCIA
NOTA: LO PUEDE COLOCAR A REFRIGERAR EN MOLDE INDIVIDUAL, O REFRACTARIA.DECORAR CON CASCOS DE MANGO O HOJAS DE LIMON O HIERBABUENA

LUEGO DE ESTA DELICIOSA CREMA DE MANGO, LES COMPARTO DELICIOSAS Y SENCILLAS RECETAS A BASE DE MANGO

ENSALADA DE MANGO Y ZANAHORIA



INGREDIENTES:

1 ZANAHORIA RALLADA EN CRUDO,
1 MANGO TROCEADO EN CUADRITOS
2 TALLOS DE APIO BLANQUEADO O SI LO PREFIER PUEEDE REMPLAZAR POR PASAS
SALSA: ZUMO DE NARANJA O MANDARINA
APARTE UNIR MAYONESA Y CREMA DE LECHE UNA VEZ ESTEN BIEN INTEGRADAS LE AGREGO POCO A POCO EL ZUMO DE NARANJA SAL Y PIMIENTA Y CON ESTO BAÑO LA ENSALADA.

ENSALADA DE CODITOS HAWAIANA



INGRREDIENTES:

1 PAQUETE DE PASTA DE CODITO COCIDA AL DENTE
125 GRAMOS DE JAMON PREFERIBLENTE EN BLOQUE CARTADO EN DADO
1 TAZA DE PIÑA CALADA TERMINO BAJO DE DULCE
125 GRAMOS DE QUESO BLANCO SEMIDURO CORTADO EN DADO

MAYONESA CREMA DE LECHE
1 TALLO DE APIO BLANQUEADO PARA VERDEO

PREPARACION:

UNIMOS EL JAMON LA PIÑA EL QUESO Y APIO Y POR ULTIMO LA PASTA, MEZCLAMOS EN FORMA ENVOLBENTE Y LUEGO BAÑAMOS CON LA SIGUIENTE SALSA:

TOMAMOS UN POCO DE ZUMO DEL CALADO DE LA PIÑA Y ADICIONAMOS CREMA DE LECHE Y MAYONESA HASTA FORMAR UNA CREMA SEMIESPESA, DECORAR CON LLUVIA DE CILANTRO O PEREJIL

ENSALADA VERDE MIXTA



INGRERDIENTES

2 MANZANAS VERDES
2 TALLOS DE APIO
1 AGUACATE
125 GRAMOS DE ALVERJA
1 TOMATE VERDE
1 CEBOLLETA MORADA EN JULIANAZ DELGADA Y CORTA
CILANTRO FERESCO
ACEITE, SAL PIMIENTA VINAGRE MIEL O AZUCAR

PREPARACION:

EL APIO BLANQUEADO LO UNIMOS CON EL TOMATE VERDE SIN SEMILLA Y CORTADO EN JULIANA CORTA, IGUAL CORTE LA MANZANA, LUEGO LA CEBOLLETA MEZCLAMOS MUY BIEN Y POR ULTIMO AGREGAMOS EL AGUACATE CON LA ALVERJA

VINAGRETA:

TOMAMOS **DOS MEDIDAS DE VINAGRE** LE ADICIONO SAL PIMIENTA Y MEZCLO, AGREGO LUEGO EL ACEITE VEGETAL O DE OLIVA **1 MEDIDA Y** POR ULTIMO UN TOQUE DE AZUCAR RUBIA O MIEL DE PREFERENCIA CON ESTO BAÑO LA ENSALADA .