

LA COCINA Y REPOSTERIA



**SIN MISTERIOS NI
FRONTERAS**

Sra. ELENA GUTIERREZ DE GARAFULIC



Dña. Elena Gutierrez de Garafulic

Doña Elena Gutierrez de Garafulic nació el 18 de Agosto de 1912 en Coripata, Provincia Nor Yungas, del Departamento de La Paz, Bolivia.

Entre 1963 y 1966, previo concurso de méritos, se hizo cargo de la atención a bordo y en tierra del Lloyd Aéreo Boliviano y brindó servicios a la empresa Cruzeiro do Sul en la ciudad de Santa Cruz.

Ha impartido numerosos cursos, tanto en el país, como en el exterior:

- Repostería y buffet en México (1965) y en Quito (1974).*
- Repostería, decoración y pastillaje en La Paz (1967-1969) y Cochabamba (1970-1976).*

Desde 1970 hasta el presente adquirió notorio prestigio en Cochabamba por la preparación de tortas de matrimonio, repostería en general y buffet.

En 1972 publicó en Santiago de Chile, la obra "El arte de las flores y el papel machié". Asimismo, impartió muchas clases acerca de ese arte, presentando también varias exposiciones.

La presente obra recoge numerosas recetas nacionales e internacionales, ampliamente experimentadas por Doña Elena, e incluye algunos aportes de personas amigas.

El libro pretende, no sólo ser una ayuda para hombres y mujeres interesados en el arte de la cocina, sino también valora el esfuerzo de la labor doméstica culinaria, ejercida silenciosamente por la mujer, labor tan útil, como poco reconocida por nuestra sociedad.

LA COCINA Y REPOSTERIA

SIN MISTERIOS NI FRONTERAS

Sra. ELENA GUTIERREZ DE GARAFULIG V _____

/

DEPOSITO LEGAL N° 2 - 1 - 5 6 - 9 2

Fotografía	Humberto Salama y Edmundo Garafulic
Diagramación	Juan Zurita H.
Transcripción	Carmen Zurita
Impreso en	Editorial "Universo" - 1992
Primera Edición	
Cochabamba Bolivia	

GRACIAS, DOÑA ELENITA...

Fernando Aguilar Vásquez

Muchas veces sentado en la mesa de la casa de Doña Elena Gutiérrez de Garajulic, saboreando uno de sus platos, repetí esta frase que nos sirve de título.

Y es que hay muchas razones para decirle gracias y es por eso que me animé a escribir unas líneas a manera de prólogo, de este libro que hoy llega a sus manos.

No tuve la suerte de vivir mi niñez en el país y cuando pequeño me parecía exagerada la movilización que se producía cuando mi abuela llegaba de Bolivia. Ella llegaba, como siempre, cargada de chuños, papalisas, ají locoto, maíz y demás ingredientes imposibles de encontrar fuera de la patria. En aquellas ocasiones mi casa se llenaba de compatriotas que se habían anoticiado de..."la llegada de Doña Raquelita" y aparecían, cargados de cerveza y vino, a saborear lejos de la tierra, un trocito de Bolivia, un pedazo de felicidad.

Con el tiempo, volví a mi patria y disfruté hasta hace muy pocos años, de la "mano de la abuela", hoy centenaria luz que se apaga de a poco. De ella aprendí el gusto por nuestras comidas y un poco el arte y los secretos de su cocina.

Yo le comenté esta experiencia a Doña Elenita y le dije que primero de mi abuela y luego de ella aprendí a valorar nuestra comida. Creo que me gane su corazón y desde esa vez mi hizo probar, en distintas ocasiones, los más deliciosos platos.

*Por lo dicho, va el **primer gracias**, por cultivar la comida boliviana. Porque quienes buscamos fortalecer la expresión de lo nuestro, tenemos en la comida boliviana una de las más fuertes tradiciones, que se transmiten de generación en generación, como un arte de la más pura y mágica alquimia.*

En esta reflexión motivada por los cinco siglos, es bueno que en todas las listas de tradiciones a cultivarse y a defenderse debe figurar la comida boliviana, porque desde el boliviano más pobre al más rico, dedicamos mucha ilusión y tiempo al placentero pasatiempo del "comer rico", que ha hecho más llevaderas nuestras vidas.

Pero eso no es todo, Doña Elenita inquieta incorregible, no detuvo su marcha en nuestras fronteras y ha explorado, aprendido y mejorado platos de distintos lugares del mundo, los hemos disfrutado y damos fe de su magia.

*El **segundo gracias** es por poner todos sus conocimientos al alcance de nuestras manos con este libro. El compartir secretos no es uno de los atributos de las santas manos de muchas de nuestras grandes cocineras. Ellas disfrutan ofreciéndonos sus manjares pero no sueltan prenda cuando de la receta se trata. Doña Elenita no, ella quiere compartir lo que es el fruto de toda una vida de aprender y crear, desde el plato más difícil hasta el consejo más sencillo, no por eso menos sabio.*

En cada página encontrará el espíritu de Doña Elena tratando de ayudar a quien hace sus primeras armas y compartiendo con quien ya sabe algo de cocina.

Y es un cofre, que al abrirlo, encontrará todos los tesoros, porque hay de todo y para todos los gustos. Son casi 400 páginas que pueden convertirse en el "arma secreta" de su cocina.

*El **tercer gracias** y último, es en nombre de todos los que hemos comido de sus manos y de todos los que comerán. Y es un gracias profundo porque es en la cocina donde quizá se expresa mejor el espíritu generoso de aquellos bolivianos que se sienten felices de ver disfrutar al prójimo. Este es un ejemplo y conlleva un mensaje que debemos aprender y no olvidar.*

Por todo eso, muchas gracias, Doña Elenita.

Cochabamba, primavera de 1992

/-----X

Dedicatoria:

Después de arduo trabajo y con la gentil colaboración de mis buenos hijos, al fin puedo cristalizar los sueños de toda mi vida, haciendo que salga a luz el presente libro de Cocina y Repostería "Sin Misterios ni Fronteras".

Agradezco con todo mi corazón a toda la linda gente que me supo comprender, ayudándome en forma decidida a llegar a este final feliz.

Pido la bendición de nuestro Dios para todos ellos y para cada persona que confía en este volumen. Tengan la certeza que les servirá de gran ayuda para todas sus consultas.

V _____ **J**

MIS QUERIDOS AMIGOS Y AMIGAS:

Este libro lo dedico, con mucho cariño, a cada uno de ustedes, para que les sirva de guía y les llegue a gustar el arte de la cocina y la repostería. En él, les transmito la experiencia de toda mi vida, sin ningún egoísmo. Dejé pasar largos años antes de hacerlo, para lograr que todas las recetas publicadas en él, hayan sido antes probadas, de manera que ninguno de Uds. que haya depositado su confianza en mi libro, resulte defraudada.

Deseo, con toda sinceridad, cooperar de esta manera al entendimiento fácil del arte culinario en general, en base a recetas sencillas y claras, con términos a los que estamos acostumbrados en nuestro medio, ya que un problema que se presenta al adquirir cualquier recela en la materia es, precisamente, la terminología que se emplea en el nombre de los ingredientes, muchos de los cuales no conocemos.

Además, veo que éste es el momento propicio para presentarlo. En resumen confío en que este libro sirva, tanto a las señoras mayores, para que puedan renovar sus menúés, como a las jóvenes con poca experiencia, para que no se desanimen y tengan una guía segura que cada vez las entusiasme más, al ver el éxito feliz de sus presentaciones agradables al paladar y ala vista.

Deseo, con amor, que tengan junto a ustedes al amigo sincero e inseparable de La Cocina y Repostería sin Misterios ni Fronteras".

En esta oportunidad no quiero dejar de agradecer a las buenas amigas y familiares que me brindaron su ayuda, dándome una hermosa colección de buenas recetas. En el transcurso de mi vida, las probé infinidad de veces con resultados óptimos.

Otras damas que no puedo dejar de mencionar son: mi tía Carmen Cuenca viuda de Zuazo, quién tuvo la generosidad de enseñarme los mejores dulces de mi libro, y mi recordada señora Bepina de Pavisic, que me dio muchas recetas de comidas croatas y finalmente, a las damas croatas que contribuyeron con exquisitas recetas, las que transcribo en este volumen.

Elena Gutiérrez de Garáfulic

INDICE POR SECCIONES

PRIMERA SECCION	1	DECIMOSEGUNDA SECCION	1 79
* CONSIDERACIONES GENERALES		* COMIDA NACIONAL Y VARIEDAD DE EXQUISITECES	
SEGUNDA SECCION	1 9	DECIMOTERCERA SECCION	2 5 5
* CONSERVAS, MERMELADAS Y FRUTAS ABRILLANTADAS		* PANES, PANETONES, LLAUCHAS Y PASTELITOS VARIADOS	
TERCERA SECCION	35	DECIMOCUARTA SECCION	273 2
* BUFFET Y BOCADITOS PARA PICAR		* COMIDA CHINA	
CUARTA SECCION	5g	DECIMO QUINTA SECCION	8 7
* CARAMELOS Y DULCES DE DIFERENTES CLASES		* REFRESCOS DE TODA CLASE	
QUINTA SECCION	6 9	DECIMOSEXTA SECCION	2 9 3
* ENTRADAS Y SOUFLES DE VERDURAS		* SALSAS, MAYONESAS Y CONDIMENTOS	
SEXTA SECCION	7 9	DECIMOSEPTIMA SECCION	3 0 3
* GALLETAS DELICIOSAS		* RECUBRIMIENTOS Y BAÑOS PARA DIFERENTES TORTAS. ENCAJES Y DECORADO EN GENERAL	
SEPTIMA SECCION	9 5	DECIMOCTAVA SECCION * TORTAS Y QUEQUES	3 2 7 3
* HELADOS, BAVAROISE, BUDINES, FLANES, POSTRES Y TARTAS		* COMIDAS, MASAS Y DULCES EUROPEOS	
OCTAVA SECCION	125	VIGESIMA SECCION	5 3
* DIFERENTES MANERAS DE PREPARAR HUEVOS		* COMIDA PERUANA Y CHILENA	
NOVENA SECCION	131		
* COCTELES, LICORES Y OTRAS BEBIDAS			
DECIMA SECCION			
* BOCADITOS SALADOS PARA PICAR			
DECIMOPRIMERA SECCION 151			
* MASITAS DULCES Y SALADAS PARA COCTEL Y TE			377

INDICE GENERAL

	Págs.		Págs.
Presentación		SEGUNDA SECCION 19
Indice por secciones PRIMERA			
SECCION		* CONSERVAS, MERMELADAS Y FRUTAS ABRILLANTADAS	
* CONSIDERACIONES GENERALES	1		
- Baño María		- Arenques o pejerreyes en vinagre	25
- Canela preparada	17	- Berenjenas en conserva	24
- Cocimiento de huevos	17	- Carne de membrillo	
- Como preparar leche agria	16	(receta semi - industrial)	31
- Congelación de alimentos	16	- Conservación de hongos frescos	23
- Consejos para una buena congelación	4	- Dulce de cáscara de sandía abrillantada	28
- Congelación de frutas		- Dulce de durazno	30
- Congelación de huevos	0	- Dulce de guayaba	29
- Consejos útiles	(- Dulce de lacayote "Cabello de ángel"	29
- Detalles importantes para la conservación de los dulces o mermeladas	y 13	- Dulce de Limón agrio para fruta abrillantada o mermelada	28
- Ligazones o manera de espesar las sopas y cremas		- Dulce de tomate	30
- Limpieza del horno y refrigerador	15	- Escabeche de cebolla pequeña agri dulce	25
- Manera de conservar la fruta abrillantada	A	- Hongos frescos al natural	22
- Manera de medir los ingredientes	16	- Jalea de membrillo	32
- Manera de preparar diferentes menús		- Manera de hacer charque y chalonga	22
- Manera de preparar goma arabiga	15	- Manera de hacer chuño	21
- Medidas y equivalencias	10	- Mermelada de naranja	33
- Preparación de Almíbar	3	- Mermelada de papaya	30
- Reglas para hornear con éxito	16	- Miel de caña	21
- Tabla para conservar los alimentos.	11	- Pejerreyes pequeños en salmuera	24
- Tabla de instrucciones para congelar las frutas	8	- Pepinillos en vinagre	26
- Temperatura del horno	12	- Pimientos morrones en conserva	23
- Utensilios necesarios para la cocina...	5	- Puré de camote	33
	9	- Puré o mermelada de zapallo	32
	12	- Salsa de tomate (Ketchup)	26
	3	- Cidra abrillantada	
		(receta semi - industrial)	27

*** BUFFET Y BOCADITOS PARA PICAR**

- Aspic de palta.....	48
- Aspic de verduras	48
- Budín vitamínico tricolor.....	47
- Cartuchos de nabo y zanahoria.....	38
- Corona de chuletas de cerdo o ternera ⁴²	
- Corona de langostinos hervidos	42
- Crisantemo de nabo.....	37
- Ensalada de apio para pavo	45
- Ensalada rusa con gelatina.....	45
- Filete o churrasco jugoso	49
- Flor de lis de celofán para decorar	41
- Flores de cebolla.....	37
- Flores de diferentes verduras para decorar fuentes de Buffet	37
- Flores de tomate	38
- Gelatina de pollo o pato	53
- Gelatina de tomate para decorar fuentes	46
- Jamón de lengua escarlata.....	52
- Jamón estilo sueco con piña.....	51
- Jamón de pierna de cerdo.....	52
- Jamón glacé	44
- Jamón sueco	51
- Lomo de ternera relleno	50
- Orquídea de terciopelo blanco.....	41
- Paltas con gelatina.....	44
- Papas a la cucharita.....	43
- Pavo al Horno 1.....	55
- Pavo al Horno II.....	55
- Pavo relleno deshuesado	54
- Piña rellena.....	43
- Pollos deshuesados al champagne..	53

- Puré de betarraga y papa para decorar fuentes	46
- Roast beef.....	49
- Rosa de betarraga o remolacha	37
- Rosas de cebollas.....	38
- Salpicón de atún "El lloqalla"	57
- Salpicón de pollo "La imilla".....	58
- Salpicón de surubí o blanquillo (forma de pescado)	56
- Salsa o puré de manzanas y Guindas	46
- Salsa tártara	42
- Tomates al horno.....	47

CUARTA SECCION 5 9

*** CARAMELOS Y DULCES DE
DIFERENTES CLASES**

- Baño.....	68
- Baño de chocolate	67
- Baño para los grillitos.....	64
- Bombones de almendra o nueces.....	67
- Caramelos de café con crema de leche	61
- Caramelos de café con leche	62
- Caramelos de naranja	61
- Caramelos de nueces	61
- Chancaquitas	62
- Dulces de chocolate.....	67
- Dulces de almendra	63
- Dulces de zanahoria "Naranjitas."	62
- Frutas acarameladas enpirotines	65
- Frutas de almendra.....	68
- Grillitos	63
- Marshmallows	66
- Marshmallows con gelatina royal de frambuesa.....	66

- Piñitas	65
- Turrón de Alicante	64

QUINTA SECCION..... 69

* ENTRADAS Y SOUFLES DE VERDURAS

- Cestitas de tomate (entrada)	72
- Ensalada de ciruelas, nueces y manzanas o pina.....	75
- Ensalada de porotos pallares	74
- Ensalada dulce de betarraga	76
- Ensalada dulce de repollo colorado.....	74
- Ensalada o salsa delicia de frutas	75
- Ensalada Waldorf.....	76
- Huevos con salsa de tomate.....	77
- Palta rellena con pollo y mayonesa	
- Paltas sorpresa para ensalada	77
- Repollo morado con manzanas (acompañamiento para carnes).....	71
- Salsa de leche y ají	73
- Salsa de manzanas y anchoas	76
- Soufflé de ave o pescado (base para preparar).....	71
- Soufflés variados (receta base)	73
- Tarta de espárragos.....	78
- Tomates sorpresa	73

SEXTA SECCION..... 79

* GALLETAS DELICIOSAS

- Barras de nueces y tarhui	87
- Bizcochitos de vainilla	93
- Bizcochitos de miel.	92
- Decorado con azucarado de claras de huevos.....	94

- Galletas Besos de reina.....	81
- Galletas de azúcar rubia o chancaca	86
- Galletas de avena	85
- Galletas de avena y tarhui	91
- Galletas de café y miel de caña	93
- Galletas de canela rellenas con puré de Manzanas o zapallo	92
- Galletas de chocolate	86
- Galletas de jugo de naranja o mandarina	82
- Galletas de manzana	83
- Galletas de miel de caña	86
- Galletas de nueces o almendras	91
- Galletas de nueces, coco rallado y café	84
- Galletas de piña	85
- Galletas decoradas para Navidad	84
- Galletas deliciosas	81
- Galletas "Dominó"	82
- Galletas "Gotitas"	81
- Galletas holandesas para Navidad	88
- Galletas "La Negrita"	83
- Galletas Spritz.....	88
- Lenguas de gato - Galletas I	87
- Lenguas de gato - Galletas II	87
- Masa base de galletas para decorar....	93

SEPTIMA SECCION

9 5

* HELADOS, BAVAROISE, BUDINES, FLANES, POSTRES Y TARTAS

- Arco iris con leche evaporada	97
- Arroz con leche condensada	113
- Arroz con leche "Cristal"	112
- Bavaoise base para cualquier fruta	101
- Bavaoise de ciruelas - salsa.....	105

Bavaroise de fresas o damascos.....	106
Bavaroise de leche condensada.....	105
Bavaroise de lucuma o guayaba -	
Crema.....	102
Budín de pan molido 1	110
Budín de pan molido II	110
Budín de sémola y leche	
condensada Nestlé	109
Charlôte al manasquino	97
Copa rusa.....	112
Crema para bavaroise.	102
Duraznos en gelatina	111
Flan casero de leche.....	108
Flan de chirimoya.....	108
Flan de leche condensada	
(receta base)	109
Flan de nueces (recetábase)	107
Fudge de chocolate.....	107
Gratinadc de naranja y mandarina	
con requesón.....	118
Helado "Biscuit glacé".....	101
Helado de crema (receta base)	98
Helado de crema con chirimoya	99
Helado de crema de chocolate	98
Helado de crema con damasco	100
Helado de crema con frutillas	99
Helado de crema con tumbo.....	100
Helado de crema de coco	99
Helado de vainilla	98
Leche nevada 1.....	113
Leche nevada II.....	114
Pastel helado (relleno y decoración) 100	
Postre de manzanas y camotes	111
Postre de requesón y frambuesa.....	106
Relleno de limón	120
Relleno de leche condensada y plátanos guineos para	
tarta	123

- Relleno de naranja.....	120
- Relleno de tarta de manzana	117
- Relleno para tarta cuatro colores	116
-Tarta (masa base) 1	115
-Tarta (masa base) II.....	115
- Tarta de durazno al jugo o cerezas	121
- Tarta de limón 1	122
- Tarta de limón II	124
-Tartade limón o naranja	120
- Tarta de naranja o mandarina	
(relleno)	122
- Tarta de manzana.....	123
-Tarta de piña	117
- Tarta de queso con crema chantilly.	119
- Tarta de queso con frutillas (Gin)	
crema para relleno	118
- Tarta de requesón	119
- Tarta de requesón con guindas	
(relleno)	114
- Tarta de uvas (relleno crema)	121

OCTAVA SECCION 125

* DIFERENTES MANERAS DE PREPARAR HUEVOS

- Huevos duros.....	127
- Huevos duros rellenos con anchoas....	129
- Huevos fritos	127
- Huevos pasados por agua.....	127
- Huevos Poche.....	127
- Huevos revueltos 1	128
- Huevos revueltos con carne de res II 128	
- Omelette.....	128
- Tortilla con nueces al ron	130
- Tortilla quemada al coñac o ron	130
- Tortillas al sartén	129

NOVENA SECCION 131

* COCTELES, LICORES Y OTRAS BEBIDAS

- Café glacé	136
- Clericó	136
- Coctel de champagne y membrillo	134
- Coctel de crema de cacao	134
- Coctel de diferentes frutas	135
- Coctel de mandarina	137
- Coctel de vermouth y jugo de naranja	134
- Licor de cacao (crema)	136
- Licor de café con leche	135
- Licor de crema de leche con café	133
- Licor de crema de leche (Rimpollo.)	133
- Licor de huevo	135
- Licor de huevo "Holandés"	133
- Ponche "Cola de mono"	137
- Ponche rojo	137
-SinganiSour	137
-Yungueño	135

DECIMA SECCION 139

* BOCADITOS SALADOS PARA PICAR

- Albondiguas para coctel	148
- Anillos de cebolla, pimientos verdes y rojos	143
- Barquitos de camarones	147
- Bocaditos de surubí, blanquillo o pejerrey	143
- Bolas de queso con aceitunas verdes	149
- Bolitas de queso	150

- Camarones o langostinos	148
- Canapé caliente de queso	150
- Chicharrón de lomo de chancho con . moteyllajwa	148
- Ciruelas con tocino o jamón para coctel	144
- Ispis salados	143
- Masa base para frituras dulces o saladas	141
- Masa con camarones	142
- Masa de tartaletas	145
- Masa de tartaletas 1	146
- Masa de tartaletas II	147
- Masitas con pollo cocido	141
- Masitas para coctel rosas con choritos al natural o camarones	145
-Medallones de camarones o langostinos	142
- Palitos salados	149
- Plátanos verdes defreír	144
- Repollitos de Bruselas rebozados	144
- Tartaletas fritas para relleno salado o dulce	146

DECIMOPRIMERA SECCION 151

* MASITAS DULCES Y SALADAS PARA COCTEL Y TE

- Alfajores de maizena	166
- Alfajores de penco	157
- Alfajores morenos	153
- Anillos de manzanas - Pasta para rebosar	156
- Berlinese	177
- Bizcochaos de naranja	177
- Bizcochos o tostadas para el té	159

-Bombitas 166

Brazo Gitano con relleno salado	170
Buñuelos típicos bolivianos	163
Canapés o sandwiches con crema de jamón y anchoa.....	155
Churros (masa base).....	162
Cocaditas	176
Cuñapes	167
Empanaditas fritas - masa base	163
Empanaditas fritas (II).....	164
Empanadas fritas infladas (pasteles) 165 Frituras de piña, durazno o plátano	
guineo.....	156
Llawcha's paceñas.....	165
Maicillos, (masas típicas para Todos Santos)	177
Masa base para cachos y pan de sandwiches.....	158
Masa base de hoja.....	169
Masa base para 50 empanadas	176
Panqueques, Crepes Suzette (masa base)	161
Masitas de cocoa con almendras - Baño	175
Media lunas rellenas con almendra	157
Pancitos de coco para el té.	170
Pancitos a la minuta.....	176
Pastelitos con dulce de membrillo o lacayote.....	178
Polvorones	159
Receta base para panqueques.....	155
Relleno con atún	159
Relleno de charque o carne molida fresca.....	164
Relleno dulce para cachos	158
Relleno salado para cachos	158
Roscas de canela.....	168
Roscas de canela yungueñas.....	160
■ Roscas "Doughnuts"	162

- Rosquitas de naranja	160
- Sandwiches o canapés de mariscos con mayonesa	154
- Sandwiches con paté o crema Chantilly	154
- Strudel de plátano.....	167
- Taqueños venezolanos.....	153
- Tawa - Tawas.....	168
- Tostadas.....	175
- Waffles.....	161

DECIMOSEGUNDA SECCION 179

* COMIDA NACIONAL Y VARIEDAD DE EXQUISITECES

- Albóndigas en salsa morena para tallarines - Salsa	212
- Albóndigas o hamburguesas Salsa de Cebolla (ahogado).....	211
- Anillos de jamón o mortadela	243
- Anticuchos bolivianos.....	214
- Arrollados de repollo o "niños envueltos" - Relleno	196
- Arroz a la Valenciana	187
- Arroz graneado corriente.	188
- Arroz graneado en olla de presión.....	187
- Berenjenas rellenas al horno	200
- Bogas o pejerreyes rellenos con choritos	210
- Brochetas de carne	214
- Brochetas de mariscos	213
- Budín de atún	210
- Caldillo de huevo a la minuta.....	192
-Caldode maní	191
- Caldo de papalisa	192
- Caldo de quinua	192

Caldo paceño de Viernes Santo	194
Caldo paceño de pescado (Wallake)	193
Coliflor o brócoli con salchichas	232
Conejos estirados al horno	183
Cordero a la cerveza	230
Crema de choclo (Lagua)	190
Croquetas de pollo al horno	226
Chairo paceño	191
Charquecán	240
Chicharrón de cerdo con cerveza o chicha 1	217
Chicharrón de carne de Cerdo II	217
Chorizos chuquisaqueños tradicionales	216
Chorizos cochabambinos	215
Chorizos parhileras - receta semi-industrial	215
Chuletas de cerdo apañadas con cestos rellenos de naranjas	221
• Chuño phuti	185
Enrollado paceño de cerdo	218
Ensalada de cebolla	185
Ensalada de coliflor	231
Ensalada de fideo (Phuti de fideo)	186
Ensalada de papas al vinagre	250
Ensalada de repollo con manzana	219
Ensalada de zanahoria con tocino	234
Escabeche de blanquillo o surubí 1	206
Escabeche de surubí o blanquillo II	207
Escalopines de ternera	244
Falso conejo	253
Fideos corbatita con salchicha de calentar	252
Fricasé paceño (plato único)	220
Fritanga yungueña	221
Gelatina de pollo en aro	229
Guiso de lentejas	195
- Guiso de porotos pallares con	

salchichas	196
- Hígado a la Mostaza	233
- Hígado con salsa de cebolla	235
- Humitas bolivianas al horno y a la olla 199	
- Jolke	236
- Keperi (plato típico tarijeño)	253
- Laping	240
- Lechón de cerdo al horno	219
- Llajwa o jallpawayka de ají amarillo (K'aspa)	254
- Llajwa o jallpawayka de locoto o ají verde	254
- Lomo a la pimienta	247
- Lomo borracho (plato tradicional cochabambino)	239
- Lomo de buey asado con tomate	248
■ Lomo de res mechado con tocino y pimientos - salsa	246
- Lomo de ternera relleno	242
- Lomo montado	238
- Masa para 60 salteñas grandes o 100 chicas	200
- Masa para 50 salteñas	203
- Masitas fritas para consomé	188
- Matambre o laping enrollado con diferentes verduras - Relleno	245
- Mechado de cordero	231
- Molde de carne molida y jamón o tocino	212
- Niños envueltos	244
- Panza rebozada a la chorrellana	237
- Papas a la Huancaína	251
- Papas al horno con queso	251
- Papas con vino tinto (acompañamiento para carnes)	249
- Papas Duquesa - Peritas o niditos con verduras o rellenas con queso	250
Pastel de carne o pollo. Jigote.	204
Pastel hojaldrado de surubí o blanquillo	205
Pate a la Oriental	211

Pejerrey con crema	209
Pejerreyes al Ajo, estilo "Bacalao	
Croata"	209
Pescado frito (surubí o blanquillo)	207
Peceto o withu con ensalada de	
zanahorias y naranja.....	247
P'eske de quinua.....	193
Picana paceña	190
Picante paceño de conejo (cuis)	183
Picante cochabambino de lengua	185
Picante paceño de lengua - Salsa	182
Picante de panza	238
Picante cochabambino de pollo.....	184
Picante paceño de pollo.....	184
Pierna de cerdo al horno.....	218
Pierna de cordero en olla.....	232
Pique a lo macho	239
Plátano al horno con tocino	220
Plato paceño	194
Pollo acaramelado	224
Pollo a la crema	223
Pollo al estilo Broaster	225
Pollo al horno tradicional 1	223
Pollo al horno II	226
Pollo al vino con salsa de hongos.	222
Pollo con ciruelas	229
Pollo con uvas.....	227
Pollo con verduras al horno	228
Pollo en escabeche.....	224
Pollo relleno "Colonial". '	225
Puchero	189
Quesumacha	195
Ranga Ranga o Chin	181
- Relleno de achocha o pimentón con	
carne de res.....	243
- Relleno de plátano maduro. Jigote	241
- Relleno de salteñas	201

- Riñón de ternera con hongos	235
- Riñones al minuto	236
- Riñones de cordero o de res	237
- Rodajas de zanahoria agri dulce	249
- Saise paceño.	181
- Salsa para chuletas.....	222
- Salteñas especiales	
(recetasemi-industrial) - Relleno.....	202
- Sesos con pollo.....	230
- Sesos fritos.....	213
- Silpancho (plato típico	
cochabambino) - Ensalada	186
- Zonzo (plato típico del oriente	
boliviano).....	248
- Soufflé de pollo con puré de papas	227
- Supremas de pollo con plátano.	228
-Tamales chuquisaqueños	233
- Timbal de sesos o jamón	234
- Tomatada de bacalao o surubí seco.....	208
- Tortilla de cebolla verde y zanahoria	
al horno	252
-Trucha rellena-Salsa	208

DECIMOTERCERA SECCION..... 255

* PANES, PANETONES, LLAWCHAS Y PASTELITOS VARIADOS

- Borrachitos y otros bollitos.....	269
- Brazo Gitano "Tronco de Arbol".....	262
- Cestitas de albaricoque (damasco).	
Pastelitos.....	263

Masa para 125 panes especiales, pre-pizzas y llawchas.....	259
Medialunas rellenas (masa con levadura)	260
Molletes, queque o galletas de plátano 1.....	263
Molletes y queque de plátano II.....	265
Palmentas con masa de levadura o de hoja.....	257
Pan (receta base).....	260
Pan negro con Royal	261
Pan o queque de plátano III.....	272
Panecitos de refrigerador	257
Panes de Royal (masa base)	261
Panetones navideños rellenos.....	271
Pasta Frola dulce	258
Pasteles y borrachitos (receta base con levadura)	269
Pastelitos carnavalescos	264
Pastelitos con coco y frambuesa o Guinda - Decoración	268
Pastelitos de albaricoque o guindas....	266
Pastelitos de café - Decoración.....	267
Pastelitos de chocolate - Decoración. 267	
Pastelitos de chocolate, café y nueces	267
Pastelitos de dátiles y ciruelas.....	266
Pastelitos de membrillo o durazno	265
Pastelitos de nueces - Decoración	268
Pizza (receta base) - Relleno	258
Queque salado para té	270
Quequecitos de miel y nueces.....	268
Rosca con pasas y nueces.....	270
Rosca de reyes o panetón.....	262
DECIMOCUARTA SECCION.....	273

* COMIDA CHINA

- Arroz blanco chino.....	275
---------------------------	-----

- Arroz chaufa.....	275
- Berenjenas con carne de cerdo.....	280
- Canutos de repollo "Dragón de Oro" Relleno, envoltura y masa.....	284
- Cerdo agridulce - Masa - Salsa	278
- Chicharrón de pollo	283
- Guiso de repollo chino	279
- Manzanas Dragón de Oro.....	276
- Masa para Wantán 1.....	280
- Masa para Wantán II.....	280
- Pato al estilo Mandarín - Salsa.....	285
- Porotos chinos con carne de cerdo o res	279
- Relleno para Wantán I	281
- Relleno de Wantán II	281
- Relleno para Wantán III	282
- Salsa agridulce 1.....	282
- Salsa agridulce II.....	283
- Salsa agridulce con naranja	282
- Salsa agridulce de tamarindo	283
- Salsa agridulce para Wantán o chicharrón de pollo	281
- Tallarines tostado con verduras y camarones.....	276
- Tamales de soya o maíz.....	277

DECIMOQUINTA SECCION287 REFRESCOS DE TODA CLASE

*

- Chicha de quinua.....	290
-Chicha de maíz morado (chicha kullj).....	289
- Limonada con limones enteros.....	292
- Refresco de avena	291
- Refresco de naranja con cáscara.....	291
- Refrescos de tumbo y tarhui.....	289
- Refresco de tuna con limón	289
- Refresco de uva con miel de abeja	292
- Refresco de verduras vitamínicas	290
- Tostada Valeriana.....	291

DECIMOSEXTA SECCION 293

* SALSAS, MAYONESAS Y
CONDIMENTOS

- Condimento de leche en polvo..... 301
- Condimento con paltas y salsa
blanca..... 300
- Condimento con requesón o quesillo... 301
- Condimento Francés 299
- Condimento o salsa al limón 296
- Crema de leche para rellenar
Tartaletas. 299
- Crema para picar 1..... 299
- Crema para picar II..... 299
- Mayonesa base de pura yema..... 297
- Mayonesa base 1 295
- Mayonesa base II 297
- Mayonesa combinada 295
- Mayonesa chantilly con nueces, para
mariscos o huevos duros..... 296
- Mayonesa sin huevo (en licuadora) .. 296
- Mayonesa (variedades)..... 295
- Salsa blanca 300
- Salsa de mostaza 302
- Salsa Golf para mariscos 298
- Salsa Mornay..... 302
- Salsa para condimentar ensaladas
cocidas..... 301
- Salsa para Pescado I 298
- Salsa para mariscos o pescado II..... 298
- Salsa verde..... 302
- Salsas y aderezos variados 295

DECIMOSEPTIMA SECCION 343

* RECUBRIMIENTOS Y BAÑOS PARA
DIFERENTES TORTAS. ENCAJES Y
DECORADO EN GENERAL

- Adornos de tul para tortas..... 305
- Azucarado de 7 minutos (baño)..... 312
- Baño Pompadour de miel de caña
con claras para torta 315
- Baño de Chocolate..... 315
- Campanitas de glacé 312
- Contornos con mantequilla 318
- Crema Chantilly..... 316
- Crema de leche con claras 316
- Crema para torta de chocolate 315
- Decorado con mantequilla 317
- Flores de pastillaje brasileño 319
- Flores de almendra 320
- Fondant Mármol en frío I (revestimiento brasileño de
tortas de matrimonio.)... 313
- Fondant II 314
- Glacé Real 1..... 306
- Glacé II 306
- Ilusiones de glacé 311
- Merengue italiano..... 314
- Mugets y otras flores..... 319
- "No me olvides" de pastillaje
brasileño..... 320

- Recubrimiento de almendras para tortas y flores variadas.....	317
- Rosas de glacé.....	311
- Rositas pequeñas.....	312
- Rosas Porcelanizadas.....	321
DECIMOCTAVA SECCION	327

* TORTAS Y QUEQUES

- Aro jaspeado.....	334
- Biscochuelo con café y baño "Moka". Relleno y decoración.....	343
- Biscochuelo de limón.....	337
- Cobertura de torta.....	331
- Crema pastelera de mandarina o naranja.....	336
- Merengue (receta base).....	329
- Pastel arabe de sémola.....	332
- Pastel del momento.....	332
- Queque de ciruelas.....	338
-Queque de naranja y plátano.....	329
- Relleno de torta salada.....	330
- Rosca con puré de manzana.....	339
- Torta Chifón.....	352
- Torta de avena.....	336
- Torta de chocolate "La Negra". Relleno y baño.....	350
- Torta de durazno "Delicia".....	331
- Torta de galletas de champagne con piña.....	334
- Torta de galletas rectangulares.....	340
- Torta de higos.....	338
- Torta de mandarina I.....	333
- Torta de mandarina II.....	333
- Torta de merengue.....	337
- Torta de naranja - Baño y cobertura.....	345

- Torta de naranja o mandarina en capas. Jarabe para remojar - Relleno	
y cobertura final.....	335
- Torta de nueces,dátiles o ciruelas.....	350
- Torta de oro.....	352
- Torta de plata.....	352
- Torta de zanahoria.....	351
- Torta helada de galletas de champagne.....	334
- Torta "Hortensia".....	340
- Torta invertida.....	329
- Torta "La Zarina".....	351
- Torta "Otoñal". Relleno y decoración... ..	344
-Torta "Real Inglesa" de frutas.....	346
- Torta salada con pollo, jamón o atún. Relleno y cobertura.....	330
- Torta "Sandra".....	349

DECIMONOVENA SECCION	353
al horno (Marinada).....	355

* COMIDAS, MASAS Y DULCES EUROPEOS

- Adobo Croata para pescados o aves	
- Bacalao a la Croata.....	357
- Canelones - Relleno.....	356
- Cazuela Croata de porotos y salchichas.....	355
- Chucrut con salchichas o chuletas ahumadas.....	363
- Chucrut de repollo blanco.....	363
- Costilla de cerdo ahumada con manzana y chucrut.....	363
- Dulce garvo, pato, conejo, liebre o perdiz.....	358

Dulces Croatas de nueces y almendras "Salame"	371
Jugo para ñoquis, canelones, ravioles o tallarines	358
Krostule (Masitas Croatas)	371
Lasagna.....	362
Masa para lasagna, tallarines o canelones	362
Masa para ñoquis.....	365
Masitas Croatas con almendra picada	370
Medias lunas Croatas de nueces	375
Palitos de nueces Croatas	375
Pastel (Strudel)	372
Palitos dulces Croatas	375
Pastel (Strudel) de manzana	373
Pastel casero de manzana	374
Pato con cerezas - Salsa Croata	364
Pesto	365
Pichones en salsa de hongos.....	364
Prsurate "Dinko". (Buñuelos Croatas)	369
Prsurates (Buñuelos navideños Croatas).....	369
Ravioles verdes con ricota o requesón	359
Rellenos para ravioles 1	359
Ternera guisada. Jugo para pastas.	361

Rellenos para ravioles II	360
Rellenos para ravioles III	360
Salsa de canelones	357
Salsa de pollo para tallarines, ñoquis o canelones	366
VIGESIMA SECCION.....	377

* COMIDA PERUANA Y CHILENA

- Cebiche	379
- Coctel de langosta, camarones o langostinos.....	382
- Corvina con salsa de erizos - Salsa	381
- Chupe de camarones a la limeña	385
- Empanada de masa de hoja con mariscos	383
- Filetes de pejerrey a la Bordelesa	384
- Langosta o centolla al champagne	382
- Locos con mayonesa de queso fresco o quesillo.....	379
- Mousse de erizo.....	381
- Paella a la Valenciana	386
-Paila marina chilena	384
- Pastel de choclo con pollo - Jigote	388
- Picarones	383
- Pollo al curry - Salsa curry	388
- Soufflé de congrio con langostinos.....	380

UTENSILIOS DE COCINA

PRIMERA SECCION *

Consideraciones Generales

UTENSILIOS NECESARIOS PARA LA COCINA

*1 cocina con horno 1
tabla para picar
verduras
1 abridor de botellas 1
cuchillo Jilo grande y 1
mediano 1 tirabuzón 1
afilador de cuchillos 1
abrelatas 1 uslero
grande 1 uslero chico 1
coladera
1 batidor de alambre 1
cernidor fino 4
recipientes para
preparar masas, batir
mayonesas y lavar
verduras 1 licuadora (si
es posible)
1 juego de tazas de
medida
1 batidora de mano (si
es posible)
1 litro
1 juego cucharas de
medir
1 cuaderno para anotar
las compras necesarias
y para menús diarios
1 balanza pequeña 1
juego de ollas o
cacerolas de diferentes
tamaños 1 sartén
grande 1 sartén
pequeño
1 coladera
2 cucharas de palo,
espátulas de madera
y de ferro*

MANERA DE PREPARAR LOS DIFERENTES MENUES

Empiezo con la lista de diferentes grupos de alimentos para que se preparen los menús diarios de una dieta balanceada, para la perfecta salud y crecimiento de los niños y el fortalecimiento de los jóvenes y mayores. La alimentación, para ser óptima, necesita ser equilibrada. La ciencia de la nutrición ha llegado a establecer que, en determinadas proporciones, el cuerpo humano necesita grasas, hidratos de carbono y proteínas.

Los alimentos ricos en hidratos de carbono son: pan, harinas, pastas, leguminosas (porotos, arvejas, lentejas, garbanzos), cereales (arroz, trigo, avena, maíz, papas), frutas (uvas, plátanos, higos, melones, dátiles), miel de abeja, etc.

Los alimentos ricos en grasas son: leche, manteca, queso, aceites, (oliva, maní, soya, aceitunas, chocolate), frutas oleosas (nueces, almendras, avellanas, paltas). Los alimentos ricos en proteínas son: carnes, clara de huevo, etc.

En la alimentación, los hidratos de carbono son de primera importancia en segundo término están las grasas, sobre todo en invierno y, finalmente, las proteínas que son indispensables para la vida humana.

Las grasas, en cantidades moderadas, son indispensables en la alimentación. Pueden ser de origen animal: mantequilla, crema de leche, manteca de cerdo, tocino; de origen vegetal: aceite de oliva, de soya, de algodón, margarina, etc.

La crema y la mantequilla, se las usa para aderezar salsas, algunas sopas, tortas, pasteles, helados e infinidad de postres. La manteca se la recomienda, para panes, humitas, bizcochos y masas en general.

El aceite de oliva, para aliñar ensaladas verduras. El de soya, para freír pescado, mayonesa, regar carnes o alimentos para la parrilla, para freír carnes de res, pollo, etc.

Con margarina se frien varias clases de masas, como ser buñuelos, berlineses y otras.

LIGAZONES O MANERA DE ESPESAR LAS SOPAS Y CREMAS

Son los medios que se utilizan para preparar salsas, cremas y rellenos. Para estas preparaciones emplear: harina, mantequilla, yemas de huevo, harina de arroz, maizena, etc. Con cada uno de estos ingredientes se preparan diferentes salsas para carnes, aves, pescado, marisco, cerdo (lechón), conejos, animales de caza, etc.

Más adelante, a medida que dé recetas, indicaré la cantidad exacta para preparar cada plato y las porciones que sean necesarias para cada ocasión.

CONGELACION DE ALIMENTOS

Para conservar alimentos, se puede utilizar el refrigerador. Dependiendo del tipo de comida, es posible conservarlas entre 1 a 8 días. Para guardar alimentos por más tiempo, se debe utilizar el freezer, desde una semana a un año si se desea. Hay comidas y alimentos que se los debe guardar por poco tiempo en el refrigerador para evitar que se descompongan.

Prácticamente pueden congelarse todos los alimentos frescos, como verduras, frutas, huevos, pescados, mariscos, carnes y aves de caza. Así como los alimentos cocidos en el horno (pan, tortas, pasteles, empanadas, humitas). Asimismo verduras cocinadas con agua y un poco de sal, asados de lechón, patos y toda clase de aves y otras carnes guisadas.

Son una excepción los pasteles o tortas que contengan crema de leche, o estén rellenas con crema. Tampoco se deben congelar, los vegetales que se consumen crudos, como ser: lechuga, tomates, pepinos, rábanos, cebollas, salsas preparadas con maicena, huevos duros, mayonesa sola, merengues cocidos, papas crudas, yogurt, maicena cocida, sopas o cremas preparadas con maizena y todas aquellas que las contengan, etc.

El tiempo preciso para que los alimentos queden sólidamente congelados, varía de 2 a 24 horas, según su tipo y el número de los paquetes colocados en el congelador o freezer al mismo tiempo.

TABLA PARA CONSERVAR LOS ALIMENTOS		
ALIMENTOS	TIEMPO DE REFRIGERACION	TIEMPO DE CONGELACION
Todo tipo de panes	De 5 a 7 días se mantienen frescos a temperatura ambiente. Pierden su sabor si se refrigeran	De 2 a 3 meses* Se ponen viejos poco después de ser descongelados. Uselos inmediatamente
Huevos	1 Semana	3 meses. Bátalos con 1/2 cucharadita de sal o azúcar y congéelos en un molde para cubitos de hielo
Mantequilla y margarina	2 semanas	2 meses. Envuelva las barras en papel de aluminio
Queso duro y semi duro. Suizo, Camembert, etc.	5 semanas si está cerrado en su paquete original De 4 días a 1 semana De 2 a 3 días envueltos muy bien en papel de aluminio o plástico	6 meses. Se desmorona fácilmente cuando se pone viejo. Es mejor guardarlo rallado en el congelador
Leche		3 meses. Refngérela en el recipiente donde viene
Platos preparados como asados, estofados, guisados, etc.		De 1 a 3 meses. Algunas especies como el ajo, la pimienta, etc. se intensifican durante la congelación, por eso cocine antes de congelar. Vuelva a sazonar al calentar si lo desea
Pastas y arroces	De 2 a 3 días Si están combinados con salsas cremosas o pescados refrigérelos de la. 2 días	De 1 a 3 meses Cocine ia pasta y el arroz antes de congelar
Sopas, cremas y salsas	De 2 a 3 días	De 2 a 3 meses. Congele en moldes para cubitos de hielo. Vaya sacando los cubitos de salsa, sopa, etc., según los vaya necesitando, y deje los demás en el congelador
Carne de res, de camero y ternera	De 3 a 5 días	De 6 a 9 meses Quítele el exceso de grasa y envuelva bien antes de congelar
Carne molida	De 1 a 2 días. Se corrompe fácilmente si está destapada De 3 a 5 días 2 días	De 3 a 4 meses. Congele en forma de albóndigas o hamburguesas
Chuletas de cerdo Cerdo	De 5 a 7 días después de abierto	De 3 a 4 meses
Asado Salchichón de cerdo Tocineta (bacon)	De 3 a 5 días 2 días 1 día	De 4 a 8 meses
Jamón		De 1 a 2 meses
Piezas de pollo		1 mes
Pescados magros* merluza, bacalao, etc.		De 1 a 2 meses 9 meses
Pescados grasos: el salmón, las sardinas, macarela, atún, etc	1 día	6 meses, Envuelva bien los filetes antes de congelar
Pescados de concha ostras, camarones, etc.	1 día	3 meses. Envuélvalos muy bien antes de congelarlos
Verduras	De 2 a 3 días. Guárdelos bien cerrados	De 3 a 4 meses. Quíteles las conchas, límpielos y guárdelos en recipientes herméticamente cerrados De 8 a 12 meses
Frutas	De 2 a 3 días	De 5 a 9 meses

Consejos para una buena congelación

Los alimentos que se van a congelar deben ser de buena calidad. Las verduras tiernas, sanas y no demasiado maduras. Las frutas deben ser algo más maduras que las que se seleccionan para hacer conservas.

Los pescados fresquísimos y las carnes de animales jóvenes, bien alimentados y tiernos. No congelar demasiados alimentos al mismo tiempo. Envolver y encerrar los alimentos en materiales muy limpios y adecuados, para que los protejan del aire y de la absorción de la humedad.

Al adquirir el material de congelación, es útil tener en cuenta la conveniencia de economizar espacio. Por ejemplo: cajas cuadradas o rectangulares con tapa de plástico o bolsas de plástico: mejor si son sin uso y transparentes.

Una vez cerrado el paquete, póngale una etiqueta indicando su contenido y la fecha de congelación. Guarde rápidamente los alimentos ya preparados, para ser congelados.

Conviene tener un sistema para obtener el mayor rendimiento del freezer con ahorro de tiempo. Por ejemplo, conviene tener un inventario detallado de los alimentos congelados, registrando las entradas y salidas.

Es importante cerrar herméticamente los alimentos que se van a congelar, para evitar escapes de humedad y vapores. Estos originan pérdida de sabor y pueden endurecer y enranciar los alimentos por la absorción de olores externos. Para este fin existen bolsas especiales de plástico a prueba de vapor y humedad.

Para alimentos sólidos: papel a prueba de humedad, papel aluminio, rollos o bolsas de poliéster.

Para los alimentos líquidos: cartones con tapa fuertemente cerradas y/o recipientes de plástico.

Para alimentos sueltos, verduras pequeñas, frutas partidas, etc.: bolsas de plástico.

Otros accesorios:

Se precisa lápiz de cera, para marcar el contenido y la fecha de cada paquete antes de ponerlo al freezer. Las bolsas de plástico pueden cerrarse doblando la abertura y fijando el pliegue con un clip o anillo de goma. Para congelar, conviene guardar en cada "paquete o recipiente" cantidades pequeñas, para consumir todo lo congelado, porque una vez descongelado, el sobrante no se debe congelar otra vez.

La congelación de las aves se efectúa después de quitarles muy bien las plumitas, y sacarles grasas y entrañas, porque éstas se ponen rancias en poco tiempo. A la bolsa de plástico, en la que se va a congelar aves, hay que sacarle todo el aire y cerrarla con una liguita de goma.

Para congelar la carne picada o molida, se aconseja hacer paquetes de acuerdo a la cantidad que se usará en cada comida.

Las chuletas y filetes se los corta listos para cocinarlos, y se los congela separándolos uno del otro con papel aluminio. Al final se los pone en una bolsa nueva de plástico, sacándole el aire y cerrándola con una cinta de goma.

Es necesario envolver en papel aluminio la carne asada, de cerdo, pollo o res, y luego colocarla en bolsa de plástico. Imprescindible se debe poner enseguida la fecha de congelación.

CONGELACION DE FRUTAS

Casi todas las frutas pueden congelarse con facilidad. Algunas variedades conservan muy bien su sabor y color.

En cuanto se las cosecha, hay que proceder a congelarlas de inmediato, porque se corre el riesgo de que pierdan sus vitaminas y sabor. Es mejor partir las frutas grandes en pedazos y las más pequeñas conservarlas enteras.

En general se las congela poniéndolas en almíbar o cubriéndolas con azúcar granulada.

PREPARACION DEL ALMIBAR

Para la congelación de frutas, hay tres términos del almíbar: punto de bola suave, medio y fuerte.

Para el punto de "bola suave" se usa 2 tazas de azúcar en 4 tazas de agua.

Para "almíbar medio": 3 tazas de azúcar en 4 tazas de agua.

Para "almíbar fuerte": 4 tazas de azúcar, en 4 tazas de agua.

Mezcle el agua fría hervida y el azúcar, y remueva hasta que se disuelva. No haga cocer ni calentar.

PREPARACION CON ALMIBAR

Escoja las frutas muy sanas y maduras, pero no blandas.

Lave las frutas con cuidado. Si son frutillas o uvas, en agua con hielo. Esta operación sirve para enfriarlas y que no pierdan su jugo. Para las frutas grandes, como manzanas, peras, duraznos, etc., aconsejo partirlas en 2 ó 4 partes, de manera que además se extraiga las pepas.

Colóquelas en un recipiente apropiado, eche el almíbar preparado en el punto indicado para cada fruta. (Vea la tabla de instrucciones para congelar frutas).

Una vez que tenga las frutas cubiertas por el almíbar, tape la parte superior con papel encerado, para evitar que las que queden encima pierdan el color. Cuide que el almíbar no llegue hasta la superficie. Para las frutas carnosas, es necesario añadir ácido ascòrbico (vitamina C), en proporción de 1 cucharilla por 2 tazas de almíbar. Así evitará que las frutas pierdan su color y sabor.

También puede congelar algunas frutas cubiertas con agua hervida fría. En lugar de poner azúcar en el agua, emplee 1/2 cucharilla de ácido ascòrbico por 2 tazas de agua. En esta forma, las frutas se conservan menos tiempo que con la adición de azúcar.

TABLA DE INSTRUCCIONES PARA CONGELAR LAS FRUTAS

DURAZNOS: Cocinarlos durante 2 minutos, enfriarlos con agua helada, partirlos por la mitad para sacar la pepa. Cubrirlos con "almíbar medio" y ácido ascórbico en la cantidad antes indicada.

CEREZAS: Lavarlas con agua fría, sacar la pepa y cubrirlas con "almíbar medio"

NARANJAS: Pelarlas, quitarles toda la membrana blanca, separar con cuidado los gajos, cubrirlas con "almíbar medio" o jugo de naranja, añadiendo un poco de azúcar. Congelarlas cubiertas con papel encerado.

UVAS: Desgranarlas, lavarlas con agua cocida y hielo. Envasarlas con "almíbar medio"

CONGELACION DE HUEVOS

Los huevos congelados se los puede emplear para pastas, pasteles, soufflés o cualquier comida. Para la congelación se debe emplear siempre, huevos muy frescos. Rompa los huevos, vacíelos en un recipiente, midiendo por tazas. Cuando se necesite guardarlos para pasteles o postres, se añade 1 cucharada de azúcar por cada taza de huevo,

Para tortillas y soufflés, añada una cucharilla rasa de sal molida por cada taza de huevos. Se los congela en pequeños recipientes, indicando la fecha en que se congelaron y las tazas o huevos que contiene cada recipiente.

Para usarlos, sáquelos 2 horas antes y déjelos a temperatura ambiente para que se descongelen. Una vez descongelados, no se los puede congelar nuevamente, porque se echan a perder. Por eso se los debe congelar en pequeñas porciones para usar la totalidad de cada contenido. También se pueden congelar separando las claras de las yemas, luego se procede en la misma proporción de azúcar y sal, para las yemas, según el uso que se le dé.

Recomiendo no batir los huevos para congelarlos, porque el aire perjudica su conservación.

Las claras de huevo pueden ser envasadas sin ningún

tratamiento ni adición. Cuando se las descongela, 2 cucharadas equivalen a 1 clara de huevo. Lo mejor es congelarlas en pequeñas porciones, para usar todo lo descongelado.

CONGELACION DE PESCADOS

Y MARISCOS

Estos alimentos conservan el mismo valor alimenticio que antes de ser congelados. Es muy importante que pescados y mariscos sean muy frescos.

MANERA DE MEDIR LOS

INGREDIENTES

Para obtener buen resultado, es necesario medir los ingredientes con toda exactitud con las tazas, cucharas, cucharillas y otras medidas que se venden en los almacenes del ramo. Deben llenarse las medidas al ras según la tabla de equivalencias que antecede.

Para medir una taza, cuchara o cucharilla, primero colme el recipiente que usará y con un cuchillo pase por encima para quitar el excedente.

Es necesario que tamice las harinas antes de medirlas, para que su volumen se ajuste a las medidas proporcionadas en la tabla.

Tanto la harina, como el azúcar, molida o entera, y la maizena, deben ser echadas suavemente en la taza medidora, sin presionarlas. El azúcar morena o chancaca raspada son una excepción: mida comprimiéndolas dentro de la taza.

MEDIDAS Y EQUIVALENCIAS

Azúcar blanca	454 grs (1 lb)	2 tazas	Manteca	454 grs (1 lb)	2 tazas
Azúcar blanca	15 grs (1/2 oz)	1 cda	Manteca	15 grs (1/2 oz)	1 cda
Azúcar morena	454 grs (1 lb)	2 1/2 tazas	Sal	28 grs (1 oz)	2 cdas
Azúcar en polvo	454 grs (1 lb)	3 1/2 tazas	Galletas (soda)	454 grs (1 lb)	70-90 galletas
Mantequilla	454 grs (1 lb)	2 tazas	Espinacas	454 grs (1 lb)	3 a 4 raciones
Mantequilla	114 grs (1/4 lb)	8 cdas	Limón	1	4 cdas de jugo
Mantequilla	28 grs (1 oz)	2cdas	Pimienta, grano	28 grs (1 oz)	4 cdas
Queso rallado	227 grs 1/2 lb)	2 tazas	Pimienta molida	28 grs (1 oz)	4 1/2 cdas
Queso crema	85 grs (3 ozs)	6 cdas	Vainilla líquida	28 grs (1 oz)	2 cdas
Queso suizo rallado	227 grs (8 ozs)	2 tazas	Agua	15 grs (casi 1/2 oz)	1 cda
Requesón	227 grs (8 ozs)	1 taza	Cocoa	150 grs (casi 5 ozs)	1 taza
Leche	1 litro	4 tazas	Cocoa	454 grs (1 lb)	4 1/2 tazas
Almendras peladas	454 grs (1 lb)	3 1/2 tazas	Chocolate (cocina)	28 grs (1 oz)	1 tableta
Nueces peladas	454 grs (1 lb)	4 tazas	Chocolate	1 tableta (rallada)	5 cdas
Nueces peladas	130 grs (4 1/2 ozs)	1 taza	Polvo de hornear	28 grs (1 oz)	3 cdas
Arroz	454 grs (1 lb)	2 tazas	Limones	454 grs (1 lb)	3 a 5 limones
Arroz	20 grs (3/4 oz)	1 cda	Huevos enteros	1 taza	4 a 6 huevos
Arroz	227 grs (8 ozs)	1 taza	Claros de huevos	1 taza	8 ó 10 claras
Harina (cernida)	454 grs (1 lb)	4 tazas	Yemas de huevos	1/2 taza	6 yemas
Harina	10 grs (1/3 oz)	1 cda	Carne (res)	454 grs (1 lb)	Da 3 ó 4 rae
Frijoles	454 grs (1 lb)	2 1/1 tazas	Caldo de res	294 grs (10 1/2 oz)	1/4 litro
Frijoles	1 K (2.25 lbs)	6 raciones	Té	454 grs (1 lb)	6 1/2 taza
Lentejas, guisantes	227 grs (8 ozs)	1 taza	Canela	28 grs (1 oz)	4 cdas
Manzanas (med)	454 grs (1 lb)	3 tazas	Coco rallado	454 grs (1 lb)	6 tazas
Plátanos (medianos)	454 grs (1 lb)	2 1/2 tazas	Tocino	454 grs (1 lb)	4 tazas
Pan (miqas)	85 grs (3 ozs)	1 taza			
Pan	454 grs (1 lb)	12 rebanadas			
Pan rallado	130 grs (4 1/2 ozs)	1 taza	Una pizca	Menos de 1/2 cdta	
Pan rallado	454 grs (1 lb)	4 tazas	3 cucharaditas	1 cucharada	
Ciruelas pasas	454 grs (1 lb)	2 1/3 tazas	2 cucharadas	1/8 taza	
Col (picadita)	454 grs (1 lb)	3 1/2 tazas	5 cdas + 1 cdta	1/3 taza	
Zanahoria (picadita)	454 grs (1 lb)	2 tazas	8 cucharadas	1/2 taza	
Maizena	454 grs (1 lb)	3 tazas	10 cdas + 2 cdts	2/3 taza	
Miel	336 grs 12 ozs)	1 taza	12 cucharadas	3/4 taza	
Papas (patatas)	454 grs (1 lb)	3 medianas	16 cucharadas	1 taza 224 grs (8 ozs)	
Pasas	420 grs (15 ozs)	3 tazas	1 taza	224 grs (8 ozs) 1/4	litro
Aceite	227 grs (8 ozs)	1 taza	2 tazas	1 pinta 1/2	litro
Tomates	454 grs (1 lb)	3 medianos	2 pintas	1 cuarto 1 litro	
Café molido	454 grs (1 lb)	4 1/3 tazas	1 cuarto	4 tazas 4 cuartos 1 galón	

TEMPERATURA DEL HORNO

Según la receta:

El horno estará:

Bajo
Moderado
Poco caliente
Caliente Muy
caliente

135°C (275°F)	-	
-	162°C	162°C (325°F)
(325°F)	-	190°C (375°F)
190°C (375°F)	218°C	218°C (425°F)
-	218°C	246°C (475°F)
(425°F)	-	260°C (500°F)
246°C (475°F)		

Para obtener un horneado perfecto, regule cuidadosamente la temperatura del horno antes de tener lista la mezcla de los ingredientes. Muchas tortas o masitas se malogran, después de preparadas, por no estar el horno en su punto. Si su horno no tiene termostato, use la prueba de papel mantequilla.

Coloque un pedazo de papel mantequilla al centro del horno, después que éste se haya calentado durante unos 10 minutos; la temperatura será la correcta si el papel se dora en el tiempo especificado en la tabla arriba indicada.

REGLAS PARA HORNEAR CON ÉXITO

- 1^o Use recetas seguras y probadas.
- 2- Lea la receta entera y estudie cada paso antes de empezar.
- 3- Asegúrese que los ingredientes sean frescos y de buena calidad. No sustituya los de la receta por otros.
- 4- Antes de empezar el trabajo, seleccione todos los utensilios que necesitará y téngalos a mano.
- 5^o Procure usar utensilios del tamaño indicado en la receta y téngalos listos antes de preparar la masa.
- 6¹ Tenga el horno a la temperatura necesaria, antes de terminar

1^o Cuando retire la torta del horno, déjela reposar en el molde unos 5 minutos antes de sacarla.

la receta.

7º Todas las medidas deben ser al ras.

8º Para saber si una torta está cocida, introduzca un palito al centro. Si la miga no se adhiere a éste, la torta está lista.

CONSEJOS UTILES

FRITURAS

Para que las frituras no absorban mucho aceite ponga 1/2 cucharilla de vinagre a la masa en el momento de freír, así impedirá que se impregnen de aceite, mejorándose a la vez su aspecto y sabor.

MAYONESA

Para que la mayonesa no se corte al batir, agregue al comienzo el aceite en forma de hilo. Cuando empiece a tomar consistencia, recién puede agregarlo en mayor cantidad, batiendo enérgicamente hasta que quede lista.

PASAS O FRUTAS

Para que las pasas o frutas no se vayan al fondo de la torta o queque, páselas primero con harina y recién mezcle con los otros ingredientes.

VARIOS

Los flanes se deben desmoldar cuando estén completamente fríos, para evitar que pierdan la forma del molde.

Para que los vol-au-vent no se tuerzan al cocer en el homo, coloque sobre estos un papel ligeramente enmantecado o humedecido.

Para obtener jugo de remolacha, pélelas y ralle con raspador de queso en cmdo, exprima en un lienzo de trama delgada y obtendrá el jugo que necesita.

Para que las aceitunas negras queden brillosas páselas un poco de aceite por encima.

El aluminio altera el color de las cremas; por lo tanto no debe usarlo para las preparaciones a base de crema o chocolate.

La excesiva cocción de los dulces destruye la acetina, parte gelatinosa de las frutas, por lo tanto, no debe agregarse agua durante la cocción de las mermeladas.

Las jaleas se las debe cocinar a fuego fuerte por el mismo

motivo.

Para evitar el olor fuerte al cocer la coliflor, eche al agua un chorrito de leche y ponga 1 pedazo de pan.

Para contrarestar cualquier otro olor, haga hervir en una ollita canela y clavo de olor.

El zumo de limón hace más fácil la digestión de los pescados y mariscos.

Cuando sobran recortes de masa de hoja, no los amase, recójalos poniendo uno sobre otro, deje reposar en el refrigerador en un plato cubierto anticipadamente con harina. Después de unos minutos, recién aplánelos con el uslero y le quedarán muy bien.

- Para lavar botellas de la alcuza, eche en ellas 1 cuchara de borra de café, sacudiendo el recipiente en todo sentido, con objeto de que se desprendan los cuerpos que alteran la transparencia del cristal.

- Si la sopa o algún guiso resultó muy salado ponga unas rallas de pan tostado y después de unos minutos sáquelos. Esto basta para eliminar el exceso de sal. También es eficaz para este fin, poner unas papas peladas, partidas en 4 o 5 pedazos

- Cuando se queme un guiso o arroz, ponga en la olla 2 cebollas peladas martajadas y la olla sumergida en agua fría.

- Para abrillantar las masas o panes, haga hervir 2 cucharas de azúcar por 6 de leche y pínelas con un pincel en cuanto se saquen del horno.

- Si la torta se ha retirado del horno antes de su completa cocción, moje ligeramente la masa con leche fría, introdúzcala nuevamente en horno mediano, un momento más.

- Cuando un pan o torta se queme, pase con un rallador fino raspándole la parte oscura.

DETALLES IMPORTANTES PARA LA CONSERVACION DE LOS DULCES O MERMELADAS

Las causas porque se echan a perder los dulces son:

- Equivocación en la proporción del azúcar, defecto de cocimiento, falta de materia gelatinosa de las frutas.

- Si las frutas fermentan es porque el cocimiento fue insuficiente; si se cubren de moho blanco es porque no están bien separadas del contacto con el aire. En ese caso, se les quitará la parte afectada para darles otro hervor, aumentando azúcar. Luego se las cubre con papel mantequilla impregnado con alcohol blanco, tapando el recipiente herméticamente.

Si se azucaran es por falta de ácido; en este caso agregue jugo de limón según la cantidad de dulce que se azucaró, y hágalo hervir otra vez.

- Para sustituir la crema chantilly, pique 2 plátanos guineos, estrújelos con un tenedor, hasta que se conviertan en puré; añada dos claras de huevo y bátalos con batidora eléctrica hasta que tomen punto de merengue. Si se agregan unas gotas de jugo de limón espesarán mejor.

MANERA DE CONSERVAR LAS FRUTAS ABRILLANTADAS

Para conservar las frutas abrillantadas, dulces de almendra o cualquier mermelada o jalea, aconsejo usar 1 gramo de bensoato de sodio por cada kilo de fruta o masapán, mezclando muy bien, para que se distribuya en forma pareja a toda la masa o fruta.

En caso de que no consiga bensoato de sodio, reemplácelo con 1 gramo de ácido sórbico por kilo, igual que el otro ingrediente. Mezcle muy bien, después de cada adición.

Si la cantidad es mayor a un kilo, mezclé cada kilo con un paquete de 1 gramo, así tendrá la seguridad de que la cantidad utilizada es la correcta

Ingredientes

Para limpiar el homo, moje un trapo o esponja con amoniaco puro, páselo por todas partes y deje que el homo se impregne durante lhora, más o menos. Luego lave con jabón detergente frotando con virutilla de acero fina, hasta que quede limpio; enjuague con varias aguas para sacar el jabón y el olor del amoniaco; finalmente, séquelo. Para este trabajo se debe usar guantes de goma, que no cuestan mucho y le evitan dañarse las manos.

LIMPIEZA DE REFRIGERADOR

Para limpiar el refrigerador, no use nunca jabón y menos aún detergente, porque daña las empaquetaduras y deja olor. Lávelo con un trapo muy limpio, usado solamente para este fin. Ponga en un recipiente 2 cucharas de bicarbonato de sodio y 2 litros de agua. Pase con esta preparación por todo el refrigerador, puertas y divisiones. Enjuague con agua pura unas 2 veces y seque con toallas de papel.

COCIMIENTO DE HUEVOS

Para que no se revienten los huevos al cocer cúbralos con agua fría y 1 cuchara de vinagre. Póngalos por 10 minutos y después de este tiempo, escurra y vierta agua fría para pelarlos.

COMO PREPARAR LECHE AGRIA

Para una taza de leche adhiera 2 cucharas de jugo de limón. Ponga la leche en un recipiente, añada el jugo, mezcle muy bien y deje reposar unas 2 horas a temperatura ambiente. Con esta leche puede preparar masas, galletas, tortas, etc.

MANERA DE PREPARAR GOMA ARABIGA

Ingredientes

en ptedrVLas ^
J taza aaqua
9

Preparación.- Muela como polvo las piedritas y viértalas el agua, mezclando muy bien. Póngala al "baño María", en un recipiente de fierro enlozado, hasta que se disuelva completamente. Cuele en un lienzo de trama rala y guarde en el refrigerador en un frasco enjuagado con alcohol blanco y tapado herméticamente, para usar solamente cuando la necesite. Se utiliza en la preparación de flores porcelanizadas.

LIMPIEZA DEL HORNO CANELA PREPARADA

*1 /4 libra canela en
rey as
2 cucharas clavo de
olor entero
2 cucharas jengibre
5 bolitas nuez
moscada*

Preparación.- Haga secar al sol la canela por 2 horas; luego martájela en una piedra de moler, almirez o tacú, juntamente con el clavo y la nuez moscada. Frótelas con las manos para que se haga como polvo. Ciérnalos en un cernidor fino; nuevamente muele el saldo hasta que quede como polvo.

Guarde en un frasco tapado herméticamente para usar el momento que necesite. Puede guardarse mucho tiempo y solamente destaparlo al momento de preparar alguna torta o galleta.

BAÑO MARIA

El procedimiento llamado "baño María" se lo efectúa de la siguiente manera:

Utilice un recipiente compuesto por dos cacerolas sin asa, de manera que uno encaje sobre el otro. El de la parte superior se usa para cocinar la mezcla (salsa, crema, etc.), y el de la parte inferior contiene el agua, la que al estar bien caliente o hervir permite con el calor del vapor que produce, cocinar la mezcla del recipiente superior. Es decir, que la misma se cocina sin estar en contacto con el calor directo (fuego).

Se emplea el baño María para cocinar salsas, cremas, que requieren para su cocimiento una temperatura por debajo de los 100°C (212°F), como ocurre con las de huevo, también las que se cuajan con féculas o las que lleven chocolate.

Con este sistema se evita que las cocciones se corten o se apelotonen formando grumos o se separen los ingredientes.

Sólo a modo de ejemplo para obtener leche condensada espesa, ponga en una olla tarros de leche condensada sin destaparlos, luego cúbralos con agua 2 cms. arriba de éstos. Deje hervir por lo menos durante 11/2 horas, agregando agua cada vez que ésta se consuma.

MERMELADAS

SEGUNDA SECCION

*** Conservas, mermeladas y
frutas abrillantadas**

MIEL DE CAÑA

Ingredientes

500 gramos chancaca
Cáscara y jugo de 1
naranja
3 1/2 tazas de agua 1
clara de huevo para
clarificar la miel

Preparación.- Lave la chancaca ligeramente, saque las pajas que la cubren. En una cacerola coloque el agua, el jugo, la cáscara de naranja y la chancaca. Deje hervir por espacio de 1/2 hora, en olla destapada.

Bata ligeramente la clara y viértala sobre el almíbar. Esto sirve para que salgan a la superficie todas las partículas sucias de la chancaca.

Saque, con espumadera, todos los residuos, incluyendo la clara de huevo. La miel debe quedar transparente.

Para hacer galletas de miel o cualquier otra torta o queque, haga hervir 1/2 hora más para que quede algo espesa.

MANERA DE HACER CHUÑO

Ingredientes

4 kilos papas imillas
de buena clase

Preparación.- Lave las papas hasta que salga toda la tierra que tienen adherida. Púncelas con un tenedor por varios lugares. En un recipiente colóquelas al freezer, por unos 3 ó 4 días.

Sáquelas y póngalas al sol para que elimine el líquido que tiene, déjelas descongelar. Pele toda su cáscara presionando un poco con los dedos. Póngalas al sol en una canasta para que se sequen completamente. Una vez secas, guárdelas.

Cada vez que las necesite, remójelas en un recipiente con agua tibia unas 8 horas antes de usar.

MANERA DE HACER CHARQUE

Ingredientes

3 kilos carne de res
blanda sin grasas
1 1/2 tazas sal molida

Preparación.- Con un cuchillo filo, ralle la carne en láminas delgadas. Espolvoréelas con la sal por todos lados y póngalas al sol en un alambre, sujetadas con ganchos de ropa para que sequen de ambos lados, cubiertas con un lienzo delgado.

Con este charque puede preparar infinidad de guisos de trigo, lentejas, papaliza, porotos, habas, y charquecan, que es delicioso.

MANERA DE HACER CHALONA

Ingredientes

2 piernas de cordero 2
costillas y brazuelos 2
tazas sal molida

Preparación- Prepare la chalona con carne de cordero o costillar de vaca. Haga cortes profundos a las piernas, brazuelos y costillas; ponga abundante sal a todos los rincones de los tajos y a toda la superficie de éstos. Llévelas al sol, colgadas en un alambre y sujetadas por una cuerda para que no se caigan. Cúbralas con un lienzo delgado. Déles vuelta varias veces para que sequen por ambos lados. Recójalas durante la noche y sáquelas nuevamente al sol, hasta que queden completamente secas. Recién, las puede guardar en bolsas nylon. En pequeños pedazos dan un gusto exquisito a las sopas de toda clase.

HONGOS FRESCOS AL NATURAL

Ingredientes

5 libras hongos
frescos menudos
1 taza aceite
1 cucharilla pimienta
negra molida
1 cuchara perejil
picado
1 cuchara sal molida
2 cucharas jugo de
limón
1 cucharilla sazónador
2 cabezas grandes de
cebolla licuada (2
tazas)
4 dientes de ajo

Preparación.- Limpie los hongos con bastante agua fresca, pele la tela de encima y los tronquitos como cáscara.

En una cacerola hágalos hervir cubiertos de agua, durante 5 minutos. Escúrralos y nuevamente póngalos a cocer en una cacerola con 2 tazas de agua, el jugo de limón, la sal, la pimienta, el perejil, los ajos y la cebolla dorada en el aceite. Déje cocer hasta que queden blandos, más o menos 8 a 10 minutos. Al final adhiera el sazpnador. Deben quedar con algo de jugo.

Guárdelos en el refrigerador por poco tiempo y en el freezer por mucho tiempo, en frascos tapados. Saque solamente lo que va a usar cada vez. Sirven para acompañar aves, toda clase de bifes y guisos.

CONSERVACION DE HONGOS

FRESCOS

Ingredientes

1 kilo de hongos
pequeños
1/2 taza vinagre
1 /2 taza vino seco
1 taza aceite
3 clavos de olor
10 gramos pimienta
negra
2 hojas de laurel
1 raja canela
1 /2 cucharilla sal
molida
1 ¡4 cucharilla nuez
moscada raspada

Preparación- Lave los hongos en varias aguas, luego póngalos a cocer en una cacerola, cubiertos de agua y con una cucharilla de sal; deben hervir por 3 minutos.

Escúrralos y déjelos enfriar. En una olla grande ponga el vino, el aceite, el vinagre y los demás ingredientes, incluyendo los hongos. Hágalos cocer hasta que estén suaves. Cuando estén así, enfrielos y guarde en el freezer en bolsas nuevas de nylon cerradas herméticamente poniendo 1 1/2 tazas de hongos en cada bolso, cubiertos con el jugo en que cocieron.

Saque solamente lo que va a consumir. Sirva con rost beef, peseto relleno, pollo colonial o keperi.

Nota.- Una vez descongelados, no se los debe congelar otra vez porque se hechan a perder

PIMIENTOS MORRONES

EN CONSERVA

Ingredientes

24 pimientos carnosos
grandes colorados
1 /2 taza sal marina o
1 /2 taza sal gruesa 1
litro agua

Preparación.- Cocine en una olla, a "baño María", los pimientos enteros, sin sacar las semillas, hasta que vea que se desprende el ollejo o cáscara. Retírelos del 'baño María' y con mucho cuidado extraiga las semillas, procurando que no se rompan.

Colóquelos en frascos de plástico desinfectados con un chorrito de alcohol blanco, ocupando sólo la mitad de los mismos. Haga hervir salmuera (hecha del litro de agua con 1/2 taza de sal) y cubra los frascos con esta solución, poco antes de llegar a la parte superior, tápelos muy bien. Guárdelos en el freezer, en bolsas de nylon nuevas.

Se puede usar después de 1 mes para arroz chaufa, arroz con mariscos o cualquier guiso.

BERENJENAS EN CONSERVA

Ingredientes

24 berenjenas
2 1/2 tazas sal gruesa
1 litro agua
1 litro vinagre
3 dientes de ajo 5 hojas
de laurel
2 ramitas de albahaca
2 cucharas de
orégano
1 cuchara afi molido

Preparación.- Lave las berenjenas y sin pelar, córtelas en rebanadas a lo largo o, simplemente, pártalas en 4, a lo largo. Déjelas toda la noche en un colador, formando camadas de berenjenas y sal gruesa, poniendo una tapa con peso, para que escurra el agua amarga que tiene.

Al día siguiente lávelas y póngalas a hervir con agua y vinagre. Retírelas y escúrralas en una coladera.

Pique la albahaca y los ajos. Desmenuce las hojas de laurel. Mezcle bien todos los ingredientes y póngalos en frascos con boca ancha, alternando berenjenas con condimentos, cubra los frascos con aceite y tape bien.

Se puede servir después de unos 25 a 30 días.

PEJERREYES PEQUEÑOS EN

SALMUERA

Ingredientes

3 kilos de pejerreyes
pequeños
1 1/2 kilos sal gruesa

Preparación.- Saque con cuidado las escamas, intestinos y cabezas de los pescados, lávelos muy bien y escúrralos en una coladera hasta que pierdan toda el agua.

Disponga una fuente de fierro enlozado de unos 10 cm. de alto y cubra con una capa de sal toda la superficie. Encima de ésta, coloque una capa de pejerreyes, alternando con otra de sal hasta terminar con la sal encima. Cubra el recipiente con una buena tapa, ponga encima un peso, si es posible. Déjelos en el refrigerador, por unos 8 meses.

Después de transcurrido este tiempo, retire los pescados de la sal, quite los espinazos y cualquier dureza que tenga y corte filetes. Puede colocarlos en frascos cubiertos con aceite al refrigerador o en bolsas de nylon al freezer, siempre con aceite encima. Las bolsas deben estar cerradas herméticamente, para que no despidan olores ni tomen otros.

ARENQUES O PEJERREYES EN VINAGRE

Ingredientes

12 a 14 arenques
1 taza sal gruesa
2 cebollas en rodajas
(1 1 ;2 tazas)
3 zanahorias peladas,
picadas en rodajas
6 hojas de laurel
4 ramas perejil
2 cucharas mostaza 2
cucharas pimienta
dulce en grano 1 taza
agua 1 litro vinagre

Preparación- Lave los arenques y saque sus intestinos. Vuelva a lavarlos teniendo cuidado de no romperlos. Déje los huevitos en su interior. Coloque en una fuente una capa de sal, ponga sobre ella los arenques y cúbralos nuevamente con sal. Déjelos macerar de un día para otro. Separe los arenques sacudiéndolos bien para que queden sin nada de sal.

Póngalos en una olla, intercalando con capas de zanahoria, cebolla, mostaza, pimienta, laurel y perejil. En una cacerola ponga a hervir el vinagre con el agua, durante 10 minutos. Vierta esta mezcla hirviendo sobre los arenques y verduras que deberán quedar totalmente cubiertos; si es necesario añada un poco más de vinagre. Vuelva a poner al fuego y cuando empiece a hervir, retire la cacerola. Deje enfriar hasta el día siguiente. Coloque los arenques en los frascos, agregando las cebollas, las zanahorias y los condimentos, cubra con el vinagre, tape los frascos herméticamente y deje en el refrigerador en la parte baja.

Antes de usarlos debe, por lo menos pasar 1 mes. Sirven para pizza, diferentes ensaladas crudas y cocidas, sandwiches, etc.

ESCABECHE DE CEBOLLA PEQUEÑA AGRIDULCE

Ingredientes

1 1/2 kilos cebollas
pequeñas peladas y
lavadas
1 1/2 litros vinagre
blanco de uva
1/2 taza agua para
disolver el azúcar
2 hojas de laurel
3 1/2 cucharas azúcar
granulada
1 cucharita sal molida
,15 gramos pimienta
dulce
1 cucharilla
ajínomoto

Preparación- Una vez peladas y lavadas las cebollas, colóquelas en una olla cubierta con vinagre, sal, pimienta, ajínomoto y azúcar disuelta en agua. Póngalas a cocer a fuego fuerte, por 10 minutos, hasta que las cebollas queden vidriosas, pero enteras.

Deje enfriar y guárdelas al freezer en bolsas nuevas de nylon, herméticamente cerradas. Saque, cada vez, solamente las que va a necesitar ese momento.

Sirven para acompañar pescado frito, pollo u otra carne y para varias ensaladas y salsas.

PEPINILLOS EN VINAGRE

Ingredientes

2 litros de vinagre
blanco
2 kilos de pepinillos
pequeños
500 gramos sal gruesa
o sal marina
400 gramos cebollas
pequeñas para
escabeche
2 ajíes amarillos
tostados
1/2 cucharita pimienta
negra en grano

Preparación.- Limpie los pepinillos y verifique que estén en buenas condiciones. Coloque en un recipiente una capa de sal, luego los pepinillos, intercalando sucesivamente hasta terminar con ambos ingredientes. Déjelos macerar por unas 6 horas para que escurran. Una vez listos retírelos de la sal, límpielos con un paño muy limpio. Pele las cebollitas.

Para esta cantidad se necesitan 5 frascos de vidrio, muy lavados y desinfectados con 1 cucharita de alcohol blanco. Preparados los frascos ponga en cada uno la quinta parte de los pepinillos, las cebollitas, el ají tostado, y la pimienta. Añada a cada frasco el vinagre, cubriéndolo completamente. Deje los frascos, en lugar fresco por 10 días, cerrados herméticamente.

Después de este tiempo abra los frascos, vierta todo en una olla y haga hervir a fuego fuerte por unos 10 minutos. Si es posible, añada un poco más de vinagre a fin de que los pepinillos queden completamente cubiertos. Tape nuevamente los frascos y déjelos en lugar fresco, por lo menos unos 2 meses antes de usarlos. Estos pepinillos sirven para preparar bocaditos de gusto exquisito, y aderezos, especialmente para buffet.

SALSA DE TOMATE (KETCHUP)

Ingredientes

5 kilos tomates 2
cebollas 2 ajíes
colorados o 1 cucharita
ají molido rojo
1 diente de ajo 1 hoja
de laurel 1/2 cucharita
sal molida
1/2 taza azúcar
granulada 1 taza
vinagre 1 pedazo de
canela sin moler
1 cucharilla colorante
rojo

Preparación.- Introduzca los tomates en un recipiente que se encuentre hirviendo, por 10 minutos. Con una pequeña presión de los dedos saque toda la cáscara. Pártalos en 4 o 6 tajadas, igual que la cebolla y los ajos; añada vinagre, sal, azúcar, colorante rojo. Licúelos hasta que queden como crema.

Cuele el tomate en una coladera fina y póngalo a cocer en una olla con la raja de canela y la hoja de laurel entera, hasta que espese. Remueva de rato en rato, para que no se pegue a la base de la olla. Cuando haya espesado, deje enfriar y guarde en pequeñas bolsas nylon. Saque sólo la cantidad que va a usar.

Esta salsa sirve para cubrir prepizzas, aderezar mayonesa, escabeches, sandwiches, etc. Aproveche el tiempo en que hay más tomates para comprar en cantidad y a mejor precio. Puede guardar para el tiempo de escasez.

CIDRA ABRILLANTADA RECETA SEMI- INDUSTRIAL

Ingredientes

*1 litro de agua para
disolver azúcar 25
cidras 1 kilo sal
gruesa Azúcar, la
misma cantidad de
cidras cocidas y
escurridas*

Preparación.- Con un cuchillo filo parta las cidras a lo largo, en 4 partes. Pélelas, cortando toda la parte verde que cubre la fruta. Con una cuchara separe la pulpa, extraiga entera la parte de ollejos en que va el jugo.

Luego póngalas en un recipiente, cubiertas con agua y una parte de sal gruesa. Cambie el agua y la sal por 3 días, al cuarto póngalas a cocer en una olla grande por 20 minutos.

Bote el agua y lave las frutas. Nuevamente cúbralas con agua y cocínelas hasta que estén tiernas. Después escurra, presionando con una cuchara de palo para que salga todo el líquido.

En un recipiente mida las cáscaras de cidra y el azúcar, en cantidades iguales. Ponga el azúcar disuelta en un perol de cobre, añada las cáscaras y los jugos. Hágalas hervir hasta que queden transparentes y brillantes. Para darle color eche un poco de chicha morada royal disuelta en 1 taza de agua, removiendo para que tomen color parejo.

Si desea teñir de otro color, eche colorantes vegetales, según desee. Deje cocer hasta que tome punto de bola blanda.

Aparte del fuego y vacíe en un recipiente grande de fierro enlozado o plástico. Al día siguiente ponga nuevamente en el perol, aumentando 2 kilos de azúcar. Haga cocer hasta que el azúcar se impregne en las frutas.

Puede guardarlas el tiempo que desee en bolsas plásticas cerradas al freezer.

Nota: Exprima aparte el jugo de la cidra, cuele y guarde en bolsitas pequeñas, bien seguras, en el freezer.

Se utiliza para condimentar cerdo, pollo, conejo dándoles un buen gusto. Además, es muy saludable para el estómago e hígado, incluso, limpia las manchas de la cara y de las manos.

DULCE DE CASCARA DE SANDIA ABRILLANTADA

Ingredientes

*Unas 10 cáscaras de sandía
Azúcar, la misma cantidad de la cáscara de sandía al rato de confitar 3 cucharas de sal
1 cucharilla de tinte verde
1 litro agua para el almíbar
1 taza jugo de limón agrio*

Preparación.- Pele el verde de la cáscara de sandía. En un recipiente, remójela cubierta de agua con sal, durante 3 días, pero cambiando de agua cada día. Lávela muy bien y póngala a cocer cubierta de agua, en una olla hasta que quede blanda. Escúrrala en una coladera, presionando con una cuchara de palo para que no quede empapada con el agua en que coció. Mida la misma cantidad de azúcar y de cáscaras. En un perol de cobre ponga al fuego el azúcar, en el litro de agua.

Antes que hierva remueva hasta que el azúcar se disuelva completamente. Añada el jugo de limón y el tinte verde. Deje hervir unos 15 minutos y, recién, incorpore las cáscaras. Remuévalas para que todas, parejamente, absorban el color. Déjelas cocer en el almíbar, hasta que queden transparentes y brillantes.

Deje enfriar y guárdelas en el freezer en pequeñas porciones, en bolsas de plástico o en un frasco de boca ancha, cubiertas con azúcar granulada. Esta fruta es apropiada para tortas de matrimonio, panetones, galletas de navidad.

DULCE DE LIMON AGRIO PARA FRUTA ABRILLANTADA O MERMELADA

Ingredientes

*25 limones de cciscara gruesa
3 kilos azúcar o la cantidad que pesen los limones cocidos
1 ;2 kilo de sal gruesa*

Preparación.- Raspe superficialmente la corteza del limón, con un raspador de queso. En una olla ponga a remojar los limones, con bastante agua y la tercera parte de la sal, durante 8 días consecutivos, cambiando cada día el agua y la sal. Al octavo día, lávelos en unas 3 aguas, pártalos por la mitad, exprima el jugo y saque las semillas. En una olla grande, hágalos cocer en abundante agua, por unos 15 minutos; bote el agua y renueve para que cuezan hasta que queden blandos. Escúrralos, exprima toda el agua y mida la misma cantidad de azúcar.

En un perol, coloque el azúcar disuelta en 1/2 litro de agua. Cuando esté completamente disuelta, agregue los limones. Deje cocer hasta que tome punto de bola blanda, añada unas 3 gotas de colorante verde, mezcle parejamente. Haga enfriar y guarde en el freezer, en bolsas cerradas, sin aire. Cuando necesite, saque solamente lo que va a usar.

DULCE DE LACAYOTE "CABELLO DE ANGEL"

Ingredientes

*1 lacayote grande muy
maduro de 6 kilos más
o menos Azúcar, la
misma cantidad del
lacayote cocido y limpio
1 litro de agua
2 tazas jugo de limón
2 tazas pasas de uva
2 tazas nueces
picadas*

Preparación.- Punce el lacayote con un cuchillo de punta fila, por varios lugares. Póngalo en una fuente y hágalo cocer en homo moderado por 50 minutos para que escurra el agua. Saque el lacayote y bote el agua que escurrió. Pártalo por la mitad y déjelo enfriar.

Pele y saque todas las semillas, y con 2 tenedores deshíláchelo, separándolo en fibras largas. En un recipiente hondo lávelo en 3 aguas, exprimiendo cada vez muy bien para que desprenda una especie de lava. Una vez lavados y escurridos los hilos, mida el azúcar la misma cantidad que éstos.

Deje hervir en un perol el azúcar disuelta en el agua, por espacio de 1/4 de hora. Vierta el jugo de limón y el lacayote separándolo en fibras. Remueva mezclando muy bien. Deje hervir, removiendo de rato en rato, hasta que el dulce tome el color dorado. Para probar si está listo, ponga un poco del almibar en una taza de agua, si al tocarlo con la yema de los dedos se hace una bolita suave, agregue las nueces y pasas. Deje cocer unos 15 minutos más.

Este dulce queda muy lindo porque toma el aspecto de cabellos dorados. Deje enfriar y guárdelo en el freezer, en bolsas de plástico cerradas, sin aire.

Sirve para rellenar empanadas, decorar tortas formando nidos, para hacer techos de casitas y finalmente como postre o mermelada para el pan.

DULCE DE GUAYABA

Ingredientes

*4 kilos guayabas
2 kilos azúcar 1
raja canela*

Preparación.- Lave las guayabas, divídalas y licúelas en pequeñas porciones. Páselas por un cernidor fino y mida la misma cantidad de azúcar y puré. Mezcle muy bien y ponga a cocer en un perol con la raja de canela, hasta que espese y al remover se desprenda de la base.

Cuando esté listo, guárdelo en el freezer, en pequeñas bolsas de plástico. Saque solamente la cantidad que necesita servir, porque no se puede descongelar y guardar otra vez.

DULCE DE DURAZNO

Ingredientes

3 kilos duraznos
pelados picados en
tiras largas 2 kilos
azúcar granulada
1 1/2 tazas agua

Preparación.- En una olla ponga el agua con azúcar. Déjela hervir unos 3 minutos. Añada los duraznos picados y haga cocer hasta que tome punto de bola floja y quede la fruta transparente y brillante. Guarde en recipientes desinfectados. Para guardar cualquier dulce proceda de la misma forma.

DULCE DE TOMATE

Ingredientes

5 kilos de tomates
carnosos sin piel ni
semillas 3 kilos
azúcar granulada 1
raja canela

Preparación.- Ponga los tomates en un recipiente con agua hirviendo por unos 5 minutos, hasta que sea fácil pelarlos. Cuando estén listos, pártalos por la mitad en forma horizontal y exprima las semillas, para que quede solamente la pulpa.

Una vez limpios mida la misma cantidad de azúcar que la pulpa. En un perol de cobre disuelva el azúcar en 2 tazas de agua y hágala hervir con la raja de canela. Agregue el tomate y deje hervir hasta que tome punto de bola blanda.

Guarde en el freezer en bolsas nuevas de nylon, sin aire. Sirve para decorar tarta de requesón o ricota y, también, para servirse en el té.

MERMELADA DE PAPAYA

Ingredientes

3 ó 4 papayas grandes
(6 kilos más o menos)
1 taza jugo de limón o
sidra
la misma cantidad de
azúcar que la
papaya
2 tazas de agua para
disolver azúcar

Preparación.- Pele las papayas y píquelas en dados de 2 cms. Mida en un recipiente la cantidad y añada la misma de azúcar, disuelta en el agua.

Haga cocer en un perol por 20 minutos, luego añada el jugo de limón o cidra, mezcle muy bien y deje tomar punto de bola blanda. Esto se prueba poniendo en un platillo con agua una gota del almibar. Si se forma como una bolita que no se deshace, está listo.

Deje enfriar y vacíe pronto en frascos de plástico o vidrio, desinfectados con alcohol blanco. Guárde en el refrigerador en bolsas nuevas de nylon, sin aire. Para mantenerlos por largo tiempo en el freezer.

Sirve para decorar galletas, tartas, rellenar tortas con crema o para servirse con el desayuno y el té.

CARNE DE MEMBRILLO RECETA

SEMI - INDUSTRIAL

Ingredientes

*50 membrillos
Azúcar, la misma
cantidad de la pulpa
que obtenga 4 litros
agua*

Preparación.- Lave los membrillos con un cepillo hasta que queden relucientes, corte todas las lastimaduras o pedazos negros que tengan. Pártalos por la mitad, en forma vertical.

Hágalos cocer en una olla grande, con cáscaras y semilla, cubiertos con agua, hasta que estén suaves. Si son muchos hágalos cocer dos veces, escúrralos y guarde el agua en que cocieron.

Pase los membrillos por un cedazo, para separar las semillas y las cáscaras o muélalos en una máquina especial para este fin.

Mida igual cantidad de azúcar que el puré de fruta y haga cocer en un perol, removiendo al comienzo hasta que se disuelva completamente el azúcar; luego debe remover de rato en rato para evitar que se queme.

Deje en el fuego hasta que se desprenda con facilidad del perol, entonces está listo.

Tenga cuidado al revolver, porque a medida que espesa, salta el dulce caliente. Para esto debe usar una cuchara de palo con el mango largo y preservarse con una tapa especial de alambre, para que no salte a la cara.

Retírelo del fuego y tenga listos unos moldes mojados con agua para llenarlos con el dulce, cuando enfríe, debe quedar compacto.

Para vaciar con facilidad del molde, pase el contorno de éstos con un cuchillo de punta y vuélquelos de golpe en una charola plana.

Guárdelo en el freezer, en bolsas de nylon bien cerradas.

JALEA DE MEMBRILLO

Preparación.- En una olla grande haga cocer el agua de membrillo con las semillas y cáscaras que salieron del puré, por unos 15 minutos. Cuéle en una coladera fina y mida la cantidad de jugo, añada la misma cantidad de azúcar, disuelva y deje hervir en el perol en el que preparó la carne de membrillo, hasta que tome punto de bola blanda.

Este dulce sirve como mermelada o para hacer refresco. También se puede usar para decorar galletas. Guarde en bolsas de nylon nuevas, sin aire, al freezer.

Nota: Las pepas y cáscara del membrillo sirven para que el dulce quede brillante, tenga mejor sabor y sea gelatinoso.

PURE O MERMELADA

DE ZAPALLO

Ingredientes

3 kilos zapallo, limpio
de cáscara y
semillas
2 kilos azúcar
granulada
2 tazas jugo de naranja
1 taza jugo de limón
1 cucharilla rasa sal
molida
1 litro agua
2 cucharas de chicha
morada Roy al en
polvo disuelta en
1 ½ taza de agua
Jrĩa

Preparación.- Una vez limpio el zapallo, parta en pedazos medianos y ponga a cocer en el agua con sal, hasta que quede tierno. Escorra en una coladera y una vez frío, muele en una máquina especial para este fin.

En una cacerola ponga los 2 jugos con el azúcar, mezcle bien hasta que se disuelva completamente. Déjelos hervir unos 20 minutos y recién añada el puré de zapallo y la chicha morada disuelta en agua. Deje hervir, removiendo constantemente, hasta que la pasta quede espesa y al remover se desprenda de la olla.

Este puré sirve para acompañar pavo, cerdo o pollo, también como mermelada o para decorar pasteles, galletas, picarones y como relleno de berlineses.

Para conservarlo durante mucho tiempo, guárdelo en bolsas de nylon, en el freezer y cada vez saque solamente lo que va a usar.

PURE DE CAMOTE

Ingredientes

4 kilos camote
2 kilos azúcar
1 ½ taza jugo de limón
1 taza jugo de naranja
1 cuchara raspadura
de cáscara de limón
2 cucharas cocoa
amarga
1 ½ cucharilla sal
molida

Preparación.- Lave los camotes y hágalos cocer en una olla con agua, hasta que estén suaves. Pélelos, muela y pase por tamiz, para separar las fibras que tiene. Mida la misma cantidad de azúcar y puré, y mezcle con los jugos, la ralladura de cáscara de limón y la cocoa en polvo. En un perol, haga cocer removiendo constantemente, hasta que se desprenda de la base.

Vacíe, al igual que la carne de membrillo, en moldes mojados con un poco de agua hervida, presionando el contenido. Una vez frío, vacíe en una fuente plana.

Puede prescindir de la cocoa y dejar el color natural del camote. Guarde al freezer en bolsas de nylon nuevas sin aire.

MERMELADA DE NARANJA

Ingredientes

3 tazas azúcar
granulada
5 naranjas grandes o
6 medianas 3 litros
de agua

Preparación.- Con un raspador de queso raspe superficialmente las cáscaras y ponga las naranjas en un recipiente, cubiertas de agua y sal. Deje en remojo 3 días, cambiando el agua cada día. Al tercer día lávelas muy bien partiéndolas por la mitad y exprima el jugo. Guárdelas en un recipiente en el refrigerador. Haga cocer las naranjas hasta que estén suaves. Escúrralas en una coladera, presionando con una cuchara de palo para que queden exprimidas.

Píquelas en rallitas largas y finas. Mida la misma cantidad de fruta picada y de azúcar. En un perol de cobre, ponga el jugo de las naranjas, mezcle con el azúcar, deje hervir unos 25 minutos y recién agregue las rallitas picadas, hasta que tomen punto de bola floja y queden transparentes y brillosas.

Una vez listas, guárdelas en bolsas de nylon nuevas al freezer. En esta misma forma proceda para hacer fruta abrillantada de naranja. Para este fin debe multiplicar las cantidades y tomar un punto alto en varios días de cocción, agregando cada vez, más azúcar.

CORONA DE LANGOSTINOS ■ Pcl[^]. 42 (Foto: Edmundo Garafulic)

**TERCERA SECCION * Buffet y
bocaditos para picar**

FLORES DE DIFERENTES VERDURAS PARA DECORAR

FUENTES DE BUFFET

FLORES DE CEBOLLA

Ingredientes

*3 cebollas frescas con
hojas verdes 1 pincel
3 gotas colorante
vegetal rojo*

Preparación.- Corte, con un cuchillo de punta, la cabeza pequeña de la cebolla dándole 4 cortes en forma de "V" alrededor del centro. Con las palmas de las manos frote con cuidado la cabeza, para que se desprendan las envolturas; sepárelas una por una, cuidando de no romper los pétalos y extraiga las telitas que tienen en el interior. Ensarte una hoja de cebolla en otra; la primera debe ser grande. Alteme las puntas. La más pequeña debe quedar en el centro.

Para colorear los pétalos use un pincel sumergido en un preparado de alcohol blanco y gotas de colorante vegetal, añada más alcohol si desea un tono suave y más tinte si lo quiere más fuerte.

CRISANTEMO DE NABO

Necesita un nabo un poco ovalado. Corte unas rallas finas, empezando por fuera. Procure que queden adheridas al tronco, haciendo los pétalos intercalados hasta terminar al centro.

ROSA DE BETARRAGA O REMOLACHA

Escoja una betarraga mediana redonda. Lávela con un cepillo de cocina, para que quede lustrosa. Pásele con un trapo impregnado en plátano maduro estrujado, luego seque con otro muy limpio. Con un cuchillo empiece a formar los pétalos redondeados; comience de fuera cortando láminas finas, intercalando hasta terminar al centro.

Aconsejo que las fuentes las decore con contraste de colores, para lograr un lindo aspecto, por ejemplo, si desea decorar una fuente de roast beef, alrededor de ella, ponga una rosa de betarraga con hojas hechas de pimiento morrón verde y unos crisantemos de nabo con hojitas tiernas de lechuga.

ROSAS DE CEBOLLAS

Corte la cebolla en 3 partes alrededor del centro, en forma redondeada, como las flores. Frote las cebollas y separe con cuidado los pétalos, sacando siempre las telas interiores que cubren cada envoltura.

Haga cada rosa con 3 envolturas, empezando con una grande; luego una mediana y al centro una más pequeña. Intercale siempre los pétalos.

Forme las hojas de pimienta verde. Para una fuente grande son suficientes 6 rosas; puede teñirlas de diferentes colores contrastando con la fuente.

CARTUCHOS DE NABO Y ZANAHORIA

Para hacer estas flores, recomiendo nabos ovalados, duros y grandes que faciliten el cortar láminas delgadas, no tienen que ser fofos. Lave muy bien los nabos y pártalos con un cuchillo filo por la mitad, en forma vertical. Luego, corte láminas delgadas. Pele la zanahoria, prepare barras no muy largas ni muy gruesas; para que sean las semillas del cartucho y a la vez sus cabos. Tome una lámina de nabo y coloque al centro un bastón de zanahoria, en forma de rombo. Dé forma de cartucho, amarrando con hilo de algodón para evitar que corte la verdura. Prepare todas las flores y, al final, forre el cabo de cada flor con papel estañado verde.

FLORES DE TOMATE

Elija tomates rojos, que no estén suaves. Con un cuchillo filo corte como si estuviera pelando una naranja; empiece de la parte de arriba y vaya sacando tiras sin romper, hasta terminar. Proceda igual con 5 a 6 tomates, para formar tantas rosas como necesite.

Con estas tiras empiece a dar forma a la flor, envolviendo desde un extremo de la cinta en forma espiral hasta terminar. Estas rosas quedan muy lindas sobre una fuente con pescado frito o pollo al curry.

LAMINAS DE NAVO (Foto: H. Salama)

CARTUCHOS DE NAVO (Foto: H. Salama)

FLOR DE LIS DE CELOFAN

PARA DECORAR

FUENTES DE DULCES

Corte, para cada flor, 8 pétalos ovalados de papel celofán blanco de 10 cm. de largo por 4 1/2 cm. de ancho. Luego 8 de 8 cm. de largo y 3 de ancho. Disponga 16 alambres galvanizados delgados: 8 de 14 cm. de largo y 8 de 12 cm., para cada flor.

Corte tiras de 1cm. de papel estañado o dorado y con la carpicola forre todos los alambres.

A cada pétalo de la flor péguele, al centro, dos alambres, uno de cada medida.

Aparte tenga listo alambre más grueso, de 30 cm. de largo forrado como los otros. Doble la punta con un alicate y coloque al centro un flequillo fino de papel estañado de 5 cms. Amárrelos con hilo. Alrededor ponga 4 pétalos, los más chicos, luego los más grandes, intercalando en cada espacio vacío hasta terminar cada flor.

Cubra nuevamente el cabo con tiras de papel estañado para lograr un acabado fino.

Para decorar una charola grande o una canasta hecha de cartón y flecos, se necesitan 3 flores.

Estas son apropiadas para decorar dulces en pirotines para un matrimonio o despedida de soltera.

ORQUIDEA DE TERCIOPELO BLANCO

Necesita 25 cms. de terciopelo blanco. Almidone la tela por el revés.

Cuando esté seca, corte todos los pétalos de las flores que confeccionará y arme la flor.

Ingredientes

4 kilos chuletas
1 cucharilla pimienta
1/2 taza aceite
2 cdas.jugo de limón
100 gramos tocino
1 kilo arvejas peladas
1 /2 kilo ciruelas
2 zanahorias grandes
(2 tazas)
2 cebollas picadas Jln
(2 tazas)
2 puerros picados Jiña
(2 tazas)
2 tomates grandes
pelados (2 tazas)
picados fino 1 taza vino
blanco
1 taza agua
2 cucharas maizena
1 cuchara sal

Ingredientes

papitas duquesa

2 kilos papas 2
huevos
1 /2 taza harina

Ingredientes

1 1/2 kilo langostinos
2 cucharas jugo de
limón
1 cuchara rasa sal 1
litro de agua para
cocerlos

Ingredientes

salsa Tártara:

1 taza mayonesa
preparada
2 huevos duros
estrujados con
tenedor,
1 cuchara de perejil
picado fino
2 pepinillos en
escabeche picados
muy menudos

CORONA DE CHULETAS DE CERDO O TERNERA

Preparación.- Limpie las puntas de los huesos de las chuletas. Dé unos cortes en la unión de la base de éstas. Forme un círculo y amarre muy fuerte con una pita sin pelusa. Unte la corona con sal, pimienta, aceite y jugo de limón.

Dórela en homo muy caliente por 15 min.; luego, vierta sobre ésta el vino mezclado con agua y envuélvala en papel aluminio. Nuevamente ponga a homo regular por 1 hora o más. De rato en rato, eche líquido a la base para que no se seque hasta que la carne quede cocida, suave y dorada. Haga cocer las arvejas y las zanahorias en una olla con agua, póngale sal a gusto, pique tocino en cuadrados y dore junto con la cebolla y los puerros, añada el tomate y deje cocer un momento más, luego junte con las arvejas y zanahorias. Un momento antes de servir saque del homo la corona y pinche en cada hueso una ciruela sin pepa. Métala nuevamente por unos 4 min. para que las ciruelas se gratinen.

Sirva las verduras en una fuente y encima, la corona adornada alrededor con papitas duquesa.

Eche unas 2 tazas de agua a la fuente del homo, en ésta haga cocer la maizena disuelta y sirva en una salsera aparte.

CORONA DE LANGOSTINOS HERVIDOS

Preparación.- Lave los langostinos en 2 aguas y ponga a cocer en una cacerola, cubiertos con agua, sal y limón, a fuego fuerte y por 3 min. desde que empiecen a hervir. Escúrralos y déjelos enfriar. Pele solamente las colas, las cabezas déjelas enteras.

Haga la presentación en 3 fuentes, puestas una encima de otra. En la base o fuente más grande ponga una ensalada de lechuga o apio, adorne alrededor con círculos de palmito intercalado de flores de tomates pequeños. Encima de ésta va una fuente honda y de ella, al centro, un molde de palta en gelatina. Alrededor, en los extremos del recipiente, los langostinos con las cabezas para abajo. La siguiente fuente, más chica lleva la salsa tártara para sopar los langostinos y en sus extremos, igual que en la primera, otra fila de éstos colgados con las cabezas para abajo.

SALSA TARTARA

Se prepara de la siguiente manera: mezcle todo muy bien y vierta en la salsera o fuentecita superior. Queda muy bonita la presentación para buffet.

PAPAS A LA CUCHARITA

Ingredientes

2 kilos papa nina
grande
1 1/2 litros agua
1 cucharilla sal
molida
2/3 taza mayonesa
(verpág. 295)
1 cuchara perejil
picado fino

Preparación.- Pele las papas y con una cucharita especial para este fin presione sobre la papa, de una vuelta y trate que salga entera una bolita, continúe, hasta que la papa quede hueca por todas partes y no se pueda extraer más bolitas.

Póngalas en una cacerola con agua y sal, deje cocer hasta que queden cocidas pero enteras. Escúrralas inmediatamente, y vacíelas en un recipiente más grande, esparcidas hasta que se enfrien. Recién entonces debe condimentarlas con perejil y mayonesa.

Estas papitas sirven para decorar fuentes, acompañar diferentes carnes, milanesas, pescados, etc.

Nota.- Los sobrantes de papa, hágalos cocer en agua con sal al gusto, hasta que estén suaves, escúrralos y prepare papitas duquesa o niditos de papa.

PIÑA RELLENA

(Adorno para buffet o para acompañar carnes)

Ingredientes

1 pina fresca
1 taza azúcar
granulada
1 taza del almíbar en
que coció la pina 1
paquete de 6 onzas de
gelatina royal de limón
4 cubitos de hielo 1
taza crema de leche
batida
1 cuchara coñac 10
guindas al
marrasquino 10 peras
1 taza puré de
manzana, teñido con
unas gotas de tinte rojo

Preparación.- Corte una tapa gruesa de la cáscara a la piña, en la parte superior. Déjele las hojas verdes y reserve la tapa. Con un cuchillo encorvado desprenda la piña hasta separarla de la base sin destrozarse la cáscara. Saque con cuidado la pulpa, para partirla en rodajas. Enfríe las cáscaras en el refrigerador. Saque el corazón de cada rodaja. En una cacerola ponga 1 taza de azúcar, 1 taza de agua hervida y el coñac, añada los anillos de piña y déjelos cocer 10 minutos; escúrralos.

En una taza de almíbar bien caliente, disuelva la gelatina de limón, añada 1/2 taza de cubitos de hielo y revuelva hasta que esté a medio cuajar. Pique la piña cocida en pedazos largos y guarde un anillo para decorar. Bata la gelatina con batidora eléctrica hasta que doble la cantidad y se forme como globos.

Limpie con un trapo húmedo las cáscaras y rellénelas con la gelatina mezclada con la crema, piñas y guindas picadas. Refrigérela hasta que quede firme, cúbrala con el resto de pedazos de piña combinadas con las cerezas. Ponga encima la tapa ahuecada. Acompañe con salsa de manzanas y guindas.

JAMON GLACE

Ingredientes

2 1/2 kilos Jamón 1
tarro de pifia al Jugo
10 guindas confitadas
1/2 taza chancaca
raspada
1 cuchara pimentón
rojo en polvo

Preparación.- Envuelva el jamón en papel estañado, haciéndole antes unos cortes en forma de rombos. Ponga al horno caliente por 20 min. Sáquelo y quite el papel, nuevamente marque los cortes para que no desaparezcan al cocer.

Aparte mezcle la chancaca raspada y el pimentón y unte el jamón por todas partes. Nuevamente lleve al horno caliente por unos 8 min. para que se forme encima una especie de caramelo.

Una vez listo, póngalo en la fuente en la que llevará a la mesa, rodeado de rodajas de pina y unas guindas al centro.

Acompañe con una fuente de papas a la cucharita, condimentadas con mayonesa y perejil picado, y otra de ensalada dulce de betarraga con nueces, manzanas picadas y crema.

PALTAS CON GELATINA

Ingredientes

5 tazas de palta hecha
puré
3/4 taza leche
evaporada
6 hojas colapez o 2/3
paquete gelatina
en polvo sin sabor 2
cucharas Jugo de limón
1 /2 cucharilla
pimienta molida 1
cucharilla sal molida

Preparación.- Disuelva la gelatina en 1/2 taza de agua hirviendo, hágala enfriar ligeramente y mezcle con la palta, la sal, el jugo de limón, la pimienta y la leche evaporada. Bátala mucho para que se mezcle todo y vacíe en un molde de aro rociado con agua, deje en el freezer hasta que quede compacto.

Para llevarlas a la mesa, pase por el contomo del molde un cuchillo de punta, tape con una fuente plana con borde y vuelque de golpe.

Decore el rededor con huevitos duros de codorniz, intercalando con una florcita de rábano o ralla de tomate.

Sirve para buffet.

Ingredientes

- 1 1/2 tazas zanahorias
peladas, picadas en
dados chicos
- 1 1/2 tazas papas
peladas, picadas en
dados chicos
- 1 taza betarraga
cocida con agua y
sal y picadas en
dados
- 1 1/2 tazas arveja
cocida con agua y
sal
- 1 cuchara mostaza
- 1 taza mayonesa
- 2 huevos duros en
rodajas
- 12 camaroscttos (colas
peladas y cocidas)
- 1 cubito de caldo de
pollo concentrado
- 1 paquete gelatina o
- 5 hojas colapez
- 1 1/2 tazas aguapara
disolver gelatina

Ingredientes

- 1 planta apio con
tallos gruesos (3
tazas)
- 1 1/2 tazas nueces
peladas y picadas
- 3 tazas manzanas
ácido.s, peladas y
. picadas en cubitos
- 2 tazas crema de
leche
- 1 taza azúcar molida
cernida
- 1 /2 cucharilla sal
molida

ENSALADA RUSA CON GELATINA (12 moldes o porciones)

Preparación.- Disuelva en una ollita la gelatina junto con el cubo de caldo concentrado y el agua al "baño María". Cueza las papas con agua y sal, cuidando que queden enteras. En otra cacerola haga cocer las arvejas y la zanahoria picada, con agua y sal.

Las betarragas póngalas a cocer con anticipación en agua y con una pizca de sal, porque tardan más de una hora hasta que estén blandas.

En los moldecitos vierta una cuchara de gelatina y déjelos en el refrigerador hasta que cuajen. Sáquelos y adórnelos con una rodaja de huevo duro y dos camarones a los lados. Ponga otro poco de gelatina encima de éstos y, nuevamente, llévelos al refrigerador. Cuando estén cuajados, llénelos con todas las verduras mezcladas con la mayonesa, presionando con una cuchara sobre la gelatina y los huevos. Eche encima el resto de gelatina y póngalos nuevamente al refrigerador por 8 a 10 horas, hasta que queden completamente sólidos. Para vaciarlos, sumérjalos ligeramente en un recipiente con agua caliente. Sirva como entrada con hojas de lechuga y rallas de tomate, o para acompañar cualquier bife o pescado frito.

ENSALADA DE APIO PARA PAVO

Preparación.- Lave el apio, pele todas las nervaduras de los tallos picándolos del tamaño de 1 cm. Luego, póngalos en agua fría para que queden fresquitos.

Bata la crema de leche hasta que espese, agregue el azúcar molida, escurra el apio en la coladera y séquelo con un secador.

Mezcle todos los ingredientes y vacíe en una fuente, decore con gajos de ciruelas y rallas de guindas confitadas.

PURE DE BETARRAGA Y PAPA PARA

Ingredientes

1 ½ k. betarragas
cocidas hechas
puré
1/4 k. papas cocidas
hechas puré 1
cuchara jugo limón 1
cucharilla sal molida
1/2 cucharilla
pimienta 1 cuchara
aceite

Ingredientes

1 kilo de tomates
maduros y carnosos 4
hojas de colapez
disuelto 1 taza de agua
1 cucharilla sal 1 1/2
cucharillas azúcar
1 /2 cucharilla
pimienta negra
molida
1 cuchara ketchup

Ingredientes

2 manzanas peladas y
cortadas en rodajas
1 taza de aguapara
cocer las manzanas si
sonjrescas 1 taza de
azúcar 1 /4 cucharilla
tinte rojo o 1 cucharilla
chicha morada royal
12 guindas al
marrasquino 1 cuchara
coñac

DECORAR FUENTES

Preparación.- Haga cocer en una cacerola las betarragas con agua y sal hasta que estén blandas. Pélelas y hágalas puré con una máquina especial o en batán, tacú o mortero. Mezcle con el puré de papas y los condimentos, verifique que no tenga grumos, para que al decorar no se tape la boquilla.

Para evitar cualquier contratiempo, aconsejo pasar la mezcla por un cernidor de alambre, así podrá decorar con facilidad. Con este puré puesto en una manga con boquilla rizada, puede hacer arabescos o decorar la fuente de rosas o vestir el salpicón de pollo de la imilla o ñoqalla.

GELATINA DE TOMATE PARA DECORAR FUENTES

Preparación.- Lave los tomates, pártalos y licúelos hasta que queden muy molidos.

Coloque en una cacerolita al fuego: la gelatina remojada, la sal, el azúcar y la pimienta. Deje hervir unos 10 minutos, removiendo constantemente: deje entibiar y cuele en un lienzo de trama rala. Añada la cuchara de ketchup, mezcle muy bien y vierta en moldes pequeños habiéndolos humedecido previamente. Déjelos enfriar en el refrigerador.

Para decorar las fuentes, sáque los moldes del refrigerador y suméijalos por unos segundos en una fuente con agua caliente. De la vuelta en el lugar que desee colocarlos, intercalando con rallas de palmitos o de huevo duro.

SALSA O PURE DE MANZANAS Y GUINDAS

Preparación.- Coloque en una olla las rallas de manzanas con el agua, el azúcar y el coñac. Haga hervir durante 10 minutos. Retire del fuego. Añada el tinte rojo. Mezcle muy bien.

Siiva la salsa en una fuente decorada con guindas y un anillo de piña encima.

BUDIN VITAMINICO TRICOLOR

Ingredientes
2 tazas zanahoria
cocida y molida 2
tazas espinaca
cocida y molida
2 tazas betarraga
cocida y molida
9 huevos 1 1/2
tazas queso
muzzarella 1 tarro
leche evaporada 1 l
/ 2 cucharillas de
sal molida 1 1/2
cucharillas pimienta
molida
3 cucharas
mantequilla

Preparación.- Haga cocer cada verdura en olla diferente cubierta con agua y 1/2 cucharilla sal. Una vez cocidas, pele las zanahorias y las betarragas, y muele o estrújelas en recipientes separados, como también la espinaca. Mezcle cada verdura molida con la tercera parte de los ingredientes arriba indicados.

Unte con mantequilla un molde de aro y vierta en él, el preparado de betarraga. Tape el molde y póngalo al homo, al "baño María", por 15 min. Luego, añada la preparación de zanahoria, distribuyéndola en forma pareja. Haga cocer otros 15 minutos, igual que la primera. Al final complemente con la espinaca y deje cocer en molde destapado para que se dore por encima, esta vez por 20 minutos al homo de temperatura regular, a 200°C.

Una vez listo, déjelo enfriar en el mismo molde. Luego vuélquelo en una fuente redonda con borde, habiendo pasado antes, con un cuchillo con punta por todo el rededor del molde, para que el budín salga entero.

Decore el contorno de la fuente con rallas de palmitos, cubiertos con salsa tártara (ver pag. 42) y flores de tomate. Estas ensaladas sirven para acompañar carnes, pescados o cualquier ave.

TOMATES AL HORNO

Ingredientes

5 tomates grandes 400
grs (20 oz) de petit pois
1 queso muzzarella 100
grs (2.6 oz) de
mantequilla sal y
pimienta a gusto

Preparación.- Lave y seque los tomates. Córtelos una tapita a 1 /4 de su altura, luego quiteles y deseche las semillas. Echeles sal por dentro y póngalos a escurrir boca abajo. Una vez escurridos, póngalos al derecho y écheles dentro los petit pois y el muzzarella cortado en cuadraditos, la sal, pimienta y hojuelas de mantequilla en el tope.

Póngalos en el horno que debe estar tibio y cocínelos durante 40 minutos.

Ingredientes

1 cucharita ajinomoto 1
¡2 paquetes gelatina
sin sabor
1 1/2 Xaza agua
hervida 1 1/2 tazas
aguajna
2 tazas arvejas
peladas y cocidas en
agua con sal
2 tazas zanahorias
picadas en cubitos
cocidas con sal 2 tazas
apio picado sin
nervaduras 2 tazas
vainitas picadas en
tiras largas cocidas con
sal
4 huevos duros
cortados en rodajas 1
taza pimienta roja
picado en militas

Ingredientes

4 paltas grandes o 6
medianas (6 tazas
hechas puré)
1 paquete gelatina sin
sabor o 6 hjs colapez 1
1/2 tazas agua 1
cubito caldo de pollo
disuelto en agua 1 taza
cebolla picada fina
1 cucharita perejil
1/2 pollo cocido con
agua y sal o 1/2 kilo
langostinos
2 cucharas de limón 1
taza mayonesa
1 taza crema de leche 1
tarro palmitos o
espárragos 1/2
cucharilla pimienta
molida 1 cucharilla sal

Preparación.- Disuelva la gelatina en la taza y media de agua hirviendo, añada el agua fría y luego el ajinomoto. En un molde rectangular vierta 1/4 taza de gelatina disuelta; espárzala en la base y déjela en el refrigerador 1/2 hora. Adórnela con rallas de huevo duro sobre puestas una encima de otra. Echele, nuevamente, un poco de gelatina. Cúbrala con las arvejas, otro poco de gelatina, zanahorias, gelatina, luego, vainitas y, al final, el resto de la gelatina. Intercale así todas las verduras sin olvidarse de echar, después de cada adición, la gelatina, y al terminar guarde el molde en el refrigerador.

Una hora antes de servir saque el molde del refrigerador, Introdúzcalo en una fuente con agua caliente, para que se despegue con facilidad y vacíelo en una bonita fuente.

Decore alrededor de la fuente con flores de tomate o de betarraga. Sirva este aspic para acompañar toda clase de carnes o pescado.

ASPIC DE PALTA

Preparación.- Coloque la gelatina en un tazón, previamente remojado con agua fría. Agregue el caldo caliente del cubo de carne, batiendo con un batidor de alambre. Añada la mitad del jugo de limón, sal, pimienta y perejil; deje enfriar.

En un recipiente ponga las paltas peladas y estrujadas, extrayendo antes sus fibras. Rocíelas con el saldo de jugo de limón, sal, pimienta y cebolla picada; mezcle muy bien y añada la mitad de la mayonesa, la gelatina y la crema de leche batida. Mezcle suavemente y vierta en un molde de aro mojado ligeramente. Deje en refrigerador hasta que solidifique.

Antes de desmoldar, sumeija el molde, unos segundos, en un recipiente de agua caliente; cúbralo con un plato con borde y vuelque de golpe. Decore alrededor de la fuente, con rosas de tomate, intercalándolas con espárragos. Al centro ponga el salpicón de pollo o los langostinos mezclados con el resto de la mayonesa. Este aspic es apropiado para buffet.

ROAST BEEF

Ingredientes

1 1/2 kilos carne lomo
de res
1 ¡2 taza aceite
1 cucharilla pimienta
1 cucharilla sal molida
1 cuchara de Jugo de
limón

Preparación.- Limpie la carne de nervios y grasas. Amárrela con una pita, sin pelusa, en espiral, para que no pierda la forma. Empápela en el aceite. Colóquela en una fuente rectangular. Vierta el resto de aceite y llévela a homo caliente 300 grados, hasta que en los extremos se forme una costra tostada. Pinche con tenedor y si sale un líquido rosado, está lista. Cuando todavía esté caliente, rocíela con sal y pimienta, por todos lados. También se la puede dorar en una sartén, tapando y dando vueltas.

Sirva cortándola en círculos de 1 cm. de espesor con niditos de papa rellenos con arvejas, queso muzarella y arroz en corona.

FILETE O CHURRASCO JUGOSO

Ingredientes

3 kilos de churrasco
limpio de nervios y
grasas
1/2 kilo tocino
ahumado cortado en
tajadas delgadas
3 metros de pita sin
hilachas
mondadientes

Preparación.- Una vez limpio el churrasco de nervios y grasas, amárrelo con la pita en forma circular. Envuélvalo con tiras de tocino a 2 cms. de distancia, sujetando con los mondadientes.

Fría la carne en dos pedazos para que quepa en la sartén. Debe estar completamente tostada por todos los lados, solamente en la grasa del tocino. Cuando esté bien dorada, saque los mondadientes y córtela en rodajas. Cubra con la siguiente salsa.

SALSA

Ingredientes salsa

1 lata de 1/2 libra de
hongos
3 cucharas colmadas
maizena
1 cuchara mantequilla
1 cucharilla
ajinomoto
1 1/2 tazas agua Jria
para disolver
maizena
4 cucharas vino tinto
1 cucharilla pimienta
molida
1 /2 cucharilla sal

Preparación.- Vacíe en una cacerola el jugo de hongos y póngalo a hervir. Añada la mantequilla, la sal, el ajinomoto y la pimienta. Disuelva la maizena en el agua. Agregue al jugo de hongos. Deje cocer a fuego lento por 5 minutos, removiendo constantemente. Al final añada el vino tinto.

Parta los hongos en 3 y 4 pedazos y mezcle con la salsa. Si queda muy espesa añada más agua, para que quede corrediza.

En el momento de servir, caliente la carne puesta en el jugo. Llévela a la mesa en una fuente cubierta con la salsa.

LOMO DE TERNERA RELLENO

Preparación.- Ralle el lomo para que quede de 25 cms. de ancho; condiméntelo con jugo de limón, sal y pimienta. Déjelo en una fuente, en lugar frío, hasta que prepare el relleno y la salsa.

Ingredientes

2 1/2 kilos lomo
1 cuchara pimienta molida
1 cuchara jugo de limón
1 cucharilla sal molida
2 cucharas maizena
1 taza agua para disolver maizena
1 taza cebolla finamente picada
1 1/2 taza aceite para dorar cebolla
1 taza tomate picado
2 tazas agua para cocer carne
1 taza pimienta roja picado en tiritas
1 taza arveja pelada y cocida en agua con sal
1 1/2 tazas rallas de tomate
1 taza jamón picado
1 taza vino blanco áspero
2 zanahorias peladas y picadas en cuadrados
1 tarro de espárragos
4 huevos duros

En una sartén fría la cebolla con el aceite, hasta que dore. Añada el tomate y la mitad de pimienta picado. En una olla haga cocer los huevos por 12 minutos, cubiertos con una cuchara de vinagre y agua fría; escúrralos y déjelos en agua fría para que se pelen enteros y con facilidad.

Cueza las arvejas con agua hirviendo y sal, en una olla destapada, hasta que estén suaves. Escúrralas para que queden verdécitas. En una fuente plana estire la carne. Aparte, mezcle el jamón picado con los pimientos, arvejas y zanahorias. Ponga al centro de la carne este relleno y los huevos duros en fila. Envuelva la carne empezando de un extremo y amárrela fuertemente, con una pita sin pelusa, en forma espiral.

En una cacerola de base ancha coloque la salsa de cebolla, encima de la carne enrollada. Vierta el agua, el vino y la sal. Deje cocer hasta que la carne quede suave, más o menos 1 1/2 a 2 horas. Remueva la base de la olla, con una cuchara de palo. Voltee la carne de rato en rato y aumente agua si se seca.

Cuando el jugo esté listo, debe caber en 2 1/2 tazas. Cuando la carne esté cocida, apártela de la cacerola; cuele el jugo y nuevamente póngalo en la olla. Disuelva la maizena en el agua y échela a la salsa. Deje cocer unos minutos más, hasta que espese y quede transparente.

Quite la pita y corte la carne, en una tabla, en tajadas de 1 cm. de espesor. Colóquela en forma de corona en una fuente redonda con las rallas de tomate al centro y los espárragos alrededor de la carne. También puede sustituir los espárragos por brócoli cocido en agua con sal.

Cubra la carne con una parte de la salsa y el resto póngalo en una salsera con un cucharoncito, para que se sirvan a gusto.

JAMON SUECO

Ingredientes

1 pierna de cerdo de 5
a 6 kilos con cuero
1 1/2 cucharas salitre
800 gramos sal gruesa
4 cucharas azúcar
granulada
8 litros agua para
remojar la pierna
2 1/2 litros agua para
cocer el jamón
2 hojas de laurel
15 granos de pimienta
entera
1 ¡2 cucharilla
"Allspice~ (producto
americano que viene
en envases de lata)

Preparación.- Frote la pierna con la mezcla de 4 cucharas de sal gruesa, 2 cucharas de azúcar y 1/2 cucharas de salitre. Déjela reposar en el refrigerador 24 horas.

En una olla grande ponga a hervir la sal, 1 cucharas de salitre, 2 cucharas azúcar y 8 litros de agua, por 15 minutos. Deje enfriar y eche sobre la pierna de cerdo; debe cubrirla completamente. Déjela en salmuera por 12 días. Si vive en lugar cálido póngala, todo el tiempo, en el refrigerador. Pasados estos días se saca el jamón de la salmuera. Coloque la pierna con el cuero arriba en una olla grande cubierta con 2 1/2 litros de agua e introduzca las hojas de laurel, la pimienta y el "Allspice". Haga hervir de 2 a 3 horas más o menos, hasta que quede blanda, si el agua disminuye, aumentela continuamente. En olla de presión, sólo necesita cocer durante 1 hora.

Para que al cocer no se pegue a la base, ponga el jamón encima de una rejilla que sirva para cocinar al vapor.

Cuando esté cocido, sáquelo y quítele el cuero. El jamón más fino proviene de carne con hueso. Sirva de diferentes formas en buffet.

JAMON ESTILO SUECO CON PIÑA

Ingredientes

1 cucharas mostaza
1 /2 cucharas
azúcar
2 cucharas pan molido
1 huevo
1 lata de piña al jugo
en rodajas 1 pierna de
Jamón sueco guindas
al marrasquino

Preparación.- Mezcle los 3 primeros ingredientes y unte todo el jamón. Hágalo dorar al horno, hasta que quede parejo. Cuando prepare jamón con piña, mezcle los ingredientes con el jugo de la misma, igual que el jamón sueco. Rocíe varias veces con el jugo para que quede lustroso y dorado.

Después de 45 min. de estar en el horno, ponga sobre el jamón rodajas de piña con guindas al centro

Lleve a la mesa la pierna pinchada con un tenedor y un cuchillo, para que cada comensal corte las tajadas que desee.

Sirva con ensalada y arroz chaufa.

JAMON DE LENGUA ESCARLATA

Ingredientes

*1 lengua de vaca
1 cucharas salitre
4 cucharas sal gruesa
2 litros agua
1 cucharilla pimienta
en grano
2 dientes de ajo
1 hoja de laurel*

Preparación.- Limpie y lave la lengua. Refriegüela con el salitre. Ponga los 2 litros de agua y sal en una olla, hágala hervir unos 10 minutos; déjela enfriar. Con esa agua cubra la lengua en un recipiente y déjela en él 5 a 6 días, en el refrigerador. Al sexto día bote la salmuera y haga cocer la lengua cubierta con agua, en una cacerola. Añada pimienta, ajos y hoja de laurel hasta que quede blanda. En caso de que falte agua al cocer aumente una taza, cada vez que sea necesario, luego saque y quite la piel que la cubre. Deje cocer así un momento más.

Sírvala, cortada en rodajas en una fuente. Acompañe con cebollas y pepinos en escabeche. Decore con hojas tiernas de lechuga y huevos duros. El condimento francés es muy apropiado para este jamón. Puede hacer varias lenguas a la vez y guardarlas en el freezer en bolsas plásticas nuevas.

JAMON DE PIERNA DE CERDO

Ingredientes

*1 pierna de 3 1/2 kilos
más o menos
1/8 kilo chancaca 4
cucharas salitre
2 hojas de laurel
1 rama de arrayán 1
cebolla grande 1
zanahoria 1 ají amarillo
retostado entero
8 onzas sal en grano
(1/2 libra)*

Preparación.- Deshuese la pierna con cuidado, sin destrozarla. Frote la carne con el salitre y la chancaca por dentro y fuera. Déjela reposar en un recipiente de un día para otro, revolviendo de tiempo en tiempo.

En una olla haga hervir la sal con 4 litros de agua, durante 1/2 hora. Deje que enfíe y con esta agua cubra la pierna, juntamente con el arrayán y el laurel por 3 días, poniendo el recipiente en el refrigerador. Después de este tiempo escúrrala muy bien y con un lienzo blanco haga como una funda y métala en ella, lo más apretada que pueda para que al cocer quede compacta. Cuézala en una olla cubierta con agua, con el ají, la zanahoria y la cebolla. Déjela hervir, dando vueltas de rato en rato, durante 2 horas más o menos. Para comprobar si está lista, pinche con un alambre o mondadientes: si penetra fácilmente apártela del fuego, colóquela sobre una piedra y cúbrala con otra piedra pesada por 24 horas. Así queda muy compacta y fácil de servir en rallas finas.

Sírvala como entrada con ensalada de verduras, en una fuente para buffet, decorada con rodajas de piña y flores de verduras.

Ingredientes

1 pollo o pato de 2
kilos
2 huevos enteros
duros, cortados en
rodajas
1 1/2 litros de agua
para cocer el pollo o
pato
1 cuchara sal molida
Jugo de 1 limón
1 pimienta morrón en
tiras
2 hojas colapez
1 taza agua Jría
1 clara de huevo

Ingredientes

2 pollos de 2 kilos
cada uno
1 paquete de
mantequilla
1/2 kilo arvejas
cocidas o 2 tarros en
conserva
1 lata hongos
pequeños
2 cucharas perejil
picado
2 cucharas jugo de
limón
1 taza aceite
1 tarro espárragos
2 cucharas albahaca
picada o
desmenuzada
1 1/2 kilos papas a la
cuchadla
1 botella sidra o
champagne
1 1/2 cucharas sal
2 tazas agua
1 cuchadlla pimienta
molida

GELATINA DE POLLO O PATO

Preparación- Cocine el pollo o pato en una cacerola con agua, la sal y el jugo de limón, hasta que esté suave,

Sáquelo del agua y deshuéselo entero. Píquelo en pedazos de 3 por 3 cms. de tamaño. Remoje el colapez en 1 taza de agua fría hasta que se disuelva, remueva y mezcle con el caldo de pollo; procure que no tenga grumos. Si aún no está disuelto el colapez ponga la olla a "baño María" por unos minutos, hasta que quede completamente disuelto.

Bata ligeramente la clara, añada al caldo para que dé un hervor y salga toda la espuma, o cualquier partícula, a la superficie. En un lienzo mojado de fibra rala, cuele el caldo para que quede cristalino. Eche un cucharón de caldo en un molde rectangular y póngalo al refrigerador por 1/2 hora hasta que el líquido se ponga gelatinoso. Adorne encima con huevos, pimientos morrones cortados en tiras, como flores. Cúbralo, nuevamente, con 1 cucharón de caldo, distribuya los pedazos de pollo, vierta el saldo del caldo. Debe quedar en el refrigerador toda la noche.

Al momento de vaciarlo en una fuente con borde, moje un lienzo en agua caliente y como compresa envuelva el molde por pocos segundos para que la gelatina se desprenda y vacíe con facilidad. Tape el molde con una fuente y dé la vuelta para que salga entero. Decore alrededor con apio picado, flores de verduras y papas a la cucharita.

POLLOS DESHUESADOS AL CHAMPAGNE

Preparación.-Deshuese los pollos, póngalos en una cacerola plana dándoles su forma. Dórelos en una taza de aceite y mantequilla, hasta que queden crocantes. Añada el agua, el jugo de limón, la sal, la pimienta, el perejil y la albahaca. Déjelos cocer 15 minutos y luego vierta el champagne. Tápelos y déjelos hervir por 20 a 25 minutos, al comienzo a fuego fuerte y luego a lento, hasta que queden completamente cocidos.

Sirva cada pollo en una fuente, cortado en rodajas y armado como si estuviera entero. Coloque alrededor de cada uno, las papas a la cucharita, intercalando arvejas y espárragos. Rocíe los pollos con el jugo y encima ponga los champiñones.

Acompañe con una fuente de arroz chaufa.

PAVO RELLENO DESHUESADO

Ingredientes

*1 pavo de 6 kilos
deshuesado por la
espalda 1 kilo jamón 8
huevos duros 15
aceitunas negras sin
semillas 1 taza leche
1 1/2 tazas nueces
mortajadas 6 rallas de
pan de molde
1 paquete mantequilla
con sal
1/2 taza jugo de limón
4 cucharas mostaza
1 1/2 cucharas sal
molida
2 cucharas ajinomoto
3 manzanas ralladas
1 cucharilla pimienta
molida*

Preparación.- Ponga el pavo volcado, con la espalda hacia arriba. Con un cuchillo de punta dé un tajo a la piel, comenzando por el cuello hasta la cola. Con mucho cuidado separe la carne adherida al hueso, para que la carne quede pegada a la piel y separe la pechuga. El hueso del tórax debe quedar entero y la carne como una bolsa. Solamente mantenga los huesitos de la parte superior de las alas y quite el almizcle que tiene en la cola.

Siga deshuesando la rabadilla y deje pegado el final de la cola; empiece con los muslos y las piernas, dando vuelta como un pantalón al revés. Extraiga todo el hueso, cuidando de que no se rompa el cuero, que es el que debe sostener el pavo alamar.

En un recipiente mezcle la manzana rallada con el ajinomoto, la mostaza, la mantequilla derretida, la pimienta y la sal. Con la mitad de este preparado unte todo el pavo, por dentro y fuera.

Mezcle en un recipiente el jamón picado, las aceitunas deshuesadas, las rallas de pan remojadas en leche y las nueces. Rellene con este preparado y coloque al centro los huevos duros en fila, y a lo largo dos huevos partidos para la pierna y muslos.

Cosa con aguja e hilo sin pelusa, armando lo mejor que sea posible. Envuélvalo con papel aluminio y póngalo en una charola con 1 taza de agua en la base. Métalo al horno recién encendido, para que vaya cocinando lentamente por 2 1/2 a 3 horas. Una vez cocido sáquele las pitas, corte en tajadas y coloque en una fuente, procurando que quede como si no lo hubiese cortado. Adorne a los lados con aceitunas verdes y negras, formando racimos como de uvas y coloque al cuello un collar de círculos de pimienta rojo.

Otra decoración muy fina es con brócoli, alternado con rosas de tomate. En esta misma forma decore el pato o pollo relleno deshuesado. Siempre deshuese comenzando por el cuello y terminando en la cola. Los ingredientes para aderezar son los mismos, sólo que en menor cantidad.

PAVO AL HORNO I

Ingredientes

*1 pavo de 5 kilos más o
menos 1 1/2 tazas
vino blanco seco 4
cucharas salsa perrins
o salsa soya
1 cuchara sal molida
2 cucharas coñac
1 cuchara ajinomoto
Jugo de 2 limones
2 cucharas mostaza
100 gramos
mantequilla con sal
3 manzanas peladas y
raspadas, mejor si
son acidas
2 cucharas maizena*

Preparación.- Limpie el pavo de las plumas y el almizcle que tiene encima de la cola. En un recipiente mezcle el vino, la salsa soya o salsa perrins, el coñac, el ajinomoto, el jugo de limón, la mostaza y las manzanas raspadas.

Unte el pavo por dentro y fuera con sal y mantequilla derretida; con la mitad de la anterior preparación pase el buche y échele unas 3 cucharas de la misma. Envuelva el pavo en papel aluminio y métalo a horno de temperatura mediana, 200 grados, por espacio de 1 hora. Pasado este tiempo compruebe si está suave pinchando con un tenedor. Desprenda el aluminio y unte nuevamente con el resto de la preparación. Déjelo en el horno unos 5 minutos más.

Sáquelo y vacíe el jugo en una olla. Lave con 2 tazas de agua el jugo que quedó impregnado en la pava y en el aluminio. Ponga todo al fuego incluyendo el agua en que enjuagó, y cuando esté hirviendo, eche 2 cucharas de maizena disuelta en una taza de agua fría. Si desea, aumente 1 territo de champiñones picados; revuelva hasta que espese.

Para llevar a la mesa, corte el pavo en tajadas delgadas de la pechuga y muslos, cubra con una parte de la salsa y el resto ponga en una salsera. Sirva con varias ensaladas cocidas y arroz chaufa.

PAVO AL HORNO II

Ingredientes

*J. pavo de 5 kilos 4
manzanas acidas
peladas y picadas en
rallas 1 paquete de
mantequilla con sal 1/2
taza jugo de limón
1 1/2 cucharas sal
molida*

Preparación.- Cuando el pavo esté limpio, sáquele el almizcle de la cola, úntelo con el jugo de limón, la sal y la mantequilla por dentro y fuera. Póngale las rallas de manzana al buche y al vientre, esto le dará un gusto muy especial. Si el pavo es tierno, tarda en cocer en horno, 1 1/2 horas más o menos. Si es de más edad, hágalo cocer en una olla con agua y sal, hasta que al tocarlo quede tierno.

Recién entonces aderece con los ingredientes indicados. Llévelo al horno en una asadera tapada o envuelto con papel aluminio para que no se arrebate. Vierta en la base, parte del caldo en que coció, o bien, agua. Una vez cocido corte en rodajas finas.

Enjuague el jugo que queda en la asadera con 2 tazas de agua, deje hervir un momento y añada 1/2 taza de maizena disuelta en 1 1/2 tazas de agua. Remueva y aderece con 1/2 cucharilla de pimienta molida, 1/2 cucharilla de sal, 1 cuchara de mantequilla con sal, 1 cuchara de ajinomoto y 2 cucharas de vino blanco áspero. Con esta salsa cubra las rodajas de pavo. Sirva en una fuente, decore alrededor con espárragos y flores de tomate. Acompañe con otras fuentes de ensaladas dulces de betarraga, arvejas con mayonesa y en la salsera el jugo restante.

SALPICON DE SURUBI O BLANQUILLO (Forma de pescado)

Ingredientes

3 kilos surubí o
blanquillo
3 tazas papa runa,
pelada, cocida y
picada en cuadrados
de 1 1/2 cm.
2 tazas mayonesa
2 lazas arvejas cocidas
con agua y sal
2 pimientos morrones
rojos (para decorar el
pescado)
1 1/2 tazas aceite
para freír el pescado
1 laza de harina para
rebozar el pescado
2 lazas escabeche de
cebolla y coliflor
picados
1 laza pepinos en
escabeche
1 tarro palmitos para
decorar alrededor del
pescado

Preparación- Limpie el pescado de piel y espinas y divídalo en cuadrados de 3 cms., más o menos. Condimente con el jugo de limón, la sal y la pimienta. Reboce con la harina y fría en una sartén con el aceite caliente, hasta que se dore. Sáquelos sobre una fuente puesta con servilletas de papel.

En un recipiente mezcle papas, pepinos, escabeche de cebolla picado al hilo, coliflor y mayonesa. Añada el pescado frito y mezcle todo muy bien. Ponga el contenido en una fuente alargada. Déle la forma de un pescado, ponga las aletas y la cola con pimiento morrón rojo. Forme las escamas con rallas de aceitunas negras, alternando con pimiento cortado en rallitas pequeñas. Decorar alrededor con palmitos y flores de cebolla.

SALPICON DE SURUBI O BLANQUILLO d oto: n. salan,a)

SALPICON DE ATUN "EL LLOQALLA"

Ingredientes

- 3 latas de atún cocido al natural
- 2 tazas arvejas cocidas con agua y sal
- 2 tazas papa runa peladas, picadas en cubitos y cocidas en agua y sal
- 1 taza pepino en escabeche, picado menudo
- 1 taza cebolla en escabeche, picada en tiras
- 2 tazas mayonesa
- 2 pimientos rojos picados en cuadrados de 1 cm.
- 1 / 2 libra aceitunas negras para cabellos
- 2 pimientos verdes para decorar
- 1 cucharilla pimienta molida
- 1 cucharilla sal molida
- 1 cuchara jugo de limón
- 2 huevos duros
- 2 tomates en rajas

Preparación.- Vacíe el atún en un recipiente. Mezcle con las arvejas, las papas, los pepinos, la cebolla, el jugo de limón, los pimientos, la sal y la mayonesa.

Coloque la mezcla en una fuente grande ovalada, dándole la forma de un joven campesino (lloqalla). Ayúdese con una cuchara.

Igual que en la anterior receta, vista la figura con las verduras, los huevos, aceitunas y mayonesa de colores.

SALPICON DE POLLO "LA IMILLA"

Ingredientes

- 1 pollo de 2 kilos, más o menos
- 2 tazas arvejas cocidas en agua con sal al gusto
- 1 taza zanahorias picadas y cocidas en agua con sal
- 1 taza pepinos picados Jinos
- 1 cuchara perejil picado
- 2 tazas mayonesa
- 1 cucharilla pimienta molida
- 1 cucharilla sal molida
- 3 huevos duros
- 2 pimientos morrones rojos
- 2 pimientos morrones verdes
- 2 lazas papa runa picada y cocida con agua y sal
- 4 huevos
- 1 ¡2 libra aceitunas negras para cabellera
- 4 tomates
- 1 cuchara repleta de sal para cocer el pollo
- 1 litro agua
- 1 lata palmitos

Preparación.- Cueza el pollo en una olla con el agua y la sal, hasta que quede suave; sáquelo y deshuéselo totalmente. Píquelo en cuadrados de 2 cms.

En un recipiente mezcle muy bien el pollo, la papa, las arvejas, las zanahorias, los pepinos picados en dados pequeños, la pimienta molida y la mayonesa. Pruebe si está bien de sal.

En una fuente grande ovalada vacíe el salpicón y, con la ayuda de una cuchara, de la forma de una joven campesina (imilla). Vista la figura con los ingredientes arriba indicados.

Fijese con atención en la forma de colocarla dejando iniciativa a su ingenio y habilidad.

CHAROLA DECORADA CON DULCES (Fotos: H. Salama)

CARAMELOS DE NUECES

Ingredientes

2 tazas miel de caña
espesa
2 cucharas miel de
abejas
3/4 taza crema de
leche
3/4 taza nueces
picadas

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir, a fuego lento, la miel de caña y de abeja. Añada la crema de leche y deje que tome punto de bola dura.

Retire del fuego hasta que espese y pierda el brillo. Añada las nueces. Luego, vacíe sobre una fuente untada con aceite o mantequilla; deje enfriar y corte en cuadrados de 2 1/2 por 2 1/2 cms. Envuelva en papel transparente engrasado.

CARAMELOS DE CAFE CON CREMA DE LECHE

Ingredientes

200 gramos azúcar
granulada
1 tacita extracto café
1/2 taza crema de
leche
1 /2 taza leche
2 cucharas miel de
abeja

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir la leche con el café y el azúcar. Cuando esté disuelta añada la miel y la crema de leche. Deje hervir lentamente hasta que tome punto de bola dura. Vacíe sobre una fuente enmantecuada.

Cuando esté frío corte en cuadrados con cuchillo sumergido en agua caliente y envuélvalos en papel transparente engrasado.

CARAMELOS DE NARANJA

Ingredientes

2 tazas azúcar
granulada
2/3 taza miel de abeja
2/3 taza jugo de
naranja
3 claras de huevo
3 cucharas cáscara
rallada de naranja
1 pizca de sal

Preparación.- En una cacerola ponga el jugo de naranja, el azúcar, la miel y la sal hasta que se disuelvan completamente. Haga hervir, removiendo constantemente, hasta que tome punto de bola dura.

Bata las claras a punto nieve y vierta el almíbar sobre éstas, batiendo continuamente. Añada la cáscara de naranja y mezcle bien. Vacíe en una fuente untada con aceite, repartiendo en toda la base en forma pareja; luego corte en cuadraditos con un cuchillo filo, sumergido en agua caliente.

CARAMELOS DE CAFE CON LECHE

Ingredientes

100 gramos
mantequilla con sal
(1/2 paquete)
1 1/4 kilo azúcar molida
cernida 1 taza de leche
1 tacita extracto de café

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir la mantequilla con el azúcar, la leche y el extracto de café. Mezcle muy bien y deje en el fuego hasta que tome punto de bola dura. De rato en rato levante un poco del almíbar y viértalo en una taza de agua. Si se forma una bola dura está listo. Vacíe en una fuente pasada con mantequilla o aceite.

Con un cuchillo filo corte en cuadrados de 2 1/2 por 2 1/2 cms. antes de que se enfríe completamente. Envuélvalos en papel transparente con grasa.

CHANCAQUITAS

Ingredientes

1 1/2 tazas almendras
peladas y molidas 1 1/2
tazas nueces
peladas y molidas 1
taza miel de caña
espesa
1 taza dulce de leche o
leche condensada

Preparación.- Ponga en una cacerolita la miel, el dulce de leche, las almendras y las nueces molidas. Lleve a fuego lento, hasta que espese, removiendo la base con cuchara de palo. Cuando se desprenda de la olla, vacíe la preparación en una fuente enmantecada. Con un uslero empareje la masa y cuando esté fría, corte con un cuchillo filo en cuadrados de 2 1/2 por 2 1/2 cms., sepárelos y deje enfilar muy bien.

Cuando estén listos envuélvalos en papel transparente o papel estañado.

DULCES DE ZANAHORIA

Ingredientes

4 tazas zanahorias
raspadas 4 tazas
azúcar granulada 2
tazas Jugo de
naranja
2 cucharas cáscara de
naranja raspada 100
gramos clavo de olor
enteros 1 paq. gelatina
royal sabor a naranja

"NARANJITAS"

Preparación.- Ponga en una cacerola el azúcar, las zanahorias raspadas, la cáscara de naranja y el Jugo. Disuelva completamente el azúcar, lleve al fuego hasta que tome punto y que al remover se desprenda de la base de la olla. Ponga un poco de dulce en un platillo con agua, si queda entera la masita está lista.

Vacíe en una fuente plana y haga unas bolitas en fonnade naranjitas, póngales como cabo un clavo de olor. Revuelva ligeramente en polvo de gelatina royal con sabor a naranja.

DULCES DE ALMENDRA

Ingredientes

1 kilo almendras
peladas y molidas
sin agua
2 tarros leche
condensada Nestlé
1 taza azúcar molida
cernida
2 cucharas
mantequilla con sal

Preparación.- En un recipiente mezcle las almendras con la mantequilla, el azúcar molida y la leche condensada. Forme una masa algo seca y que se pueda trabajar con las manos, en formas de frutitas, flores, etc. Luego divídala en varias porciones, para darles diferentes colores y otras dejarlas blancas. Forme huevitos poniéndole una bolita amarilla pequeña al centro. Confeccione otras con rellenos de frutas abrillantadas, otras con gotas de menta y color verde claro.

A los primeros báñelos con fondant frío, hecho con 1 taza de azúcar en polvo cernida, 1/4 cucharilla de ácido acético y 2 cucharas de agua cocida fría. Mezcle muy bien. Debe quedar una crema que no resbale de los dulces y que pueda adherir encima grageas o confititos.

En caso que sea muy seca, añada con una cucharilla, poco a poco, más agua cocida fría.

Baño los dulces uno por uno, con ayuda de 2 cucharillas. Póngalos sobre una charola untada con mantequilla. Deje que sequen unas 2 horas por lo menos para levantarlos y poner en pirotines.

Con esta masa se puede hacer hermosas flores y frutitas de toda clase.

GRILLITOS

Ingredientes

1 1/2 tazas nueces
molidas
1 1/2 tazas almendras
molidas
1 taza coco rallado fino
1 1/2 tazas leche
condensada Nestlé 1
cuchara
mantequilla con sal

Preparación.- Amase las nueces, las almendras y el coco rallado con la mantequilla y la leche condensada, hasta formar una masa algo seca. Haga unas bolitas del tamaño de una uva. En caso de que la masa quede muy floja, añada unas cucharas de azúcar molida cernida hasta obtener la textura deseada.

Haga las bolitas día antes de bañarlas, para que estén oreadas y no se destrocen al sumergirlas en el baño.

BAÑO PARALOS GRILLITOS

Ingredientes

*4 tazas azúcar
granulada*

Preparación.- En una sartén ponga al fuego media taza de azúcar. Remueva constantemente hasta que se disuelva completamente.

Pase con aceite una charola y bañe cada bolita con el caramelo, sáque las con una cucharilla y colóquelas en la fuente, separadas unas de otras. Nuevamente ponga otra 1/2 taza de azúcar a la sartén y repita el procedimiento hasta terminar de bañar todas. Cuando se desprendan de la fuente, estarán listas para colocar en pirotines.

TURRON DE ALICANTE

Ingredientes

*4 claras de huevo
16 a 18 hostias
1 libra azúcar
granulada
2 tazas agua
1 taza miel de abeja
1 1/2 tazas almendras*

Preparación.- En una olla ponga el azúcar y disuélvala completamente en el agua. Hágala hervir hasta que tome punto de bola dura; ésto se comprueba echando un poco de almíbar en un platillo con agua fría. Tome con los dedos el almíbar y si queda como bolita dura, está listo.

En un recipiente de fierro enlozado bata las claras con la sal, hasta que queden a punto nieve. Vierta a éstas el almíbar en chorro, batiendo constantemente hasta teminar. Luego siga batiendo poniendo el recipiente a baño María, añada la miel, hasta que el batido se ponga transparente.

A esta preparación ponga las almendras tostadas y picadas. Una vez ligadas se pone al fuego lento, batiendo con cuchara de palo, hasta que al remover se vea el fondo de la olla.

En una charola plana y rectangular coloque la mitad de las hostias, vacíe el turrón alisándolo con un uslero y antes de que se solidifique tape con la otra mitad de hostias.

Cuando esté frío corte con un cuchillo filo sumergido en agua caliente, en cuadrados de 2 1/2 por 2 1/2 cms.

PIÑITAS

Ingredientes

*2 piñas (6 tazas pulpa
de pina)
Azúcar granulada, la
misma cantidad de
la pulpa de pina*

Preparación.- Pele las piñas cortando en rodajas, saque los corazones y ojitos del contorno; píquelas en forma alargada y mida la misma cantidad de azúcar y piña (medidas en tazas).

Mezcle muy bien hasta que se deshaga el azúcar y ponga en un perol al fuego. Deje que empiece a espesar removiendo constantemente; cuando se desprenda del perol al remover, estará listo.

Vacíe en una fuente y cuando esté frío forme unos dulces como huevitos. Para servir, colóquelos en pirotines.

FRUTAS ACARAMELADAS EN PIROTINES

Ingredientes

*1 taza ciruelas
medianas frescas sin
pepa 1 taza nueces
partidas por la mitad
3 mandarinas
medianas en gajo 1
taza dátiles sin pepa 1
taza uvas negras
grandes, maduras y
duritas
1 taza uvas blancas
grandes, maduras y
duritas 3 tazas azúcar
granulada*

Preparación.- Lave las uvas con cuidado para no dañarlas. Séquelas con un secador limpio. Ponga cada color de uva en una fuente diferente. Saque con cuidado las pepas de dátiles y ciruelas, formándolos nuevamente cada uno como si estuvieran enteros. Pele las mandarinas y divídalas en gajos, sacándoles las nervaduras.

En una sartén disuelva 1 taza de azúcar hasta que quede líquida. Antes de que se queme, ponga las frutitas una por una. Luego sáquelas con una cucharilla y póngalas en una mesa pasada con mantequilla sin sal o aceite. Cuando se enfríe el caramelo póngalo nuevamente al fuego, por pocos segundos. Cada fruta debe acaramelarla separadamente, para arreglar las fuentes con diferentes colores de pirotines o con bases de papel estañado de diferentes colores, hechas como hojitas, al reverso de cada pirotín.

Estos dulces se presentan como indiqué antes, en arreglos de charolas y canastas con dulces. También con las flores de celofán, terciopelo, cabezas de cisnes hechos de cera, etc.

MARSHMALLOWS

Preparación.- En una ollita haga el almíbar de fruta y azúcar, cuando tome punto de bola fuerte, agregue poco a poco a las claras batidas a punto nieve.

Ingredientes

1 taza azúcar
granulada
8 hojas colapez
5 cucharas agua
caliente
3 claras de huevo
1 ¡2 taza jugo de pina o
naranja
2 gotas color vegetal a
gusto
1 /2 taza coco rallado o
azúcar molida

Disuelva el colapez al "baño María" con el agua caliente y vierta el batido de almíbar y claras, mezclando rápidamente.

Esparza por toda la base de una fuente, con la mitad de coco rallado o azúcar molida. Vacíe sobre esto la preparación de marshmallows. Nivele pronto y ponga encima el saldo de coco o azúcar.

Cuando esté frío, corte en cuadraditos con un cuchillo sumergido en agua caliente.

MARSHMALLOWS CON GELATINA ROYAL

DE FRAMBUESA

Ingredientes

1 paquete gelatina
royal de frambuesa
1 taza agua hirviendo
1 1/2 taza agua fría
2 hojas colapez
5 claras de huevo 1
pizca de sal Coco
rallado, lo suficiente
para revolver los
marshmallows

Preparación.- Disuelva el paquete de gelatina y el colapez en agua hirviendo. Añada el agua fría. Ponga a "baño María" hasta que el colapez quede completamente disuelto y no tenga grumos.

En otro recipiente bata las claras con la sal a punto nieve. Luego vierta la gelatina sobre éstas y bata ligeramente, solamente para mezclar. En una fuente plana con borde, esparza por toda la base la mitad del coco rallado, cubra con la otra mitad igualando con un cuchillo. Deje enfriar y cuajar completamente más o menos unas 12 horas.

En el momento de cortar en cuadrados, sumerja el cuchillo filo en agua hirviendo, así se cortan y separan más fácilmente.

Ingredientes

10 galletas María
(1 1/2 tazas)
5 cucharas cocoa sin
azúcar
3 cucharas coco
Leche condensada, lo
necesario para
formar una pasta
1 cuchara coñac
1 cucharilla vainilla
50 grs. mantequilla con
sal
1 /2 taza nueces
partidas por la
mitad

Ingredientes baño

2 cucharas
mantequilla con sal
1 1/2 tazas azúcar en
polvo
2 cucharas cocoa sin
azúcar
1 cuchara extracto de
vainilla
3 cucharas café fuerte
(extracto)

Ingredientes

1 1/2 tazas almendra
pelada y molida o
nueces molidas 1 taza
azúcar tamizada para
masa 50 gramos
mantequilla con sal
(1/4 pqte)
1 taza galletas molidas
cernidas 1 cuchara ron
1/4 cucharilla esencia
almendras Leche
condensada suficiente
para masa

DULCES DE CHOCOLATE

Preparación.- En un recipiente ponga las galletas molidas, la cocoa, el coco rallado, el coñac, la vainilla, la mantequilla y eche poco a poco la leche condensada, hasta formar una masa que sea fácil de manejar con las manos.

Forme bolitas más pequeñas que una nuez. Deje secar de un día para otro y báñelas con la siguiente preparación:

BAÑO DE CHOCOLATE

Preparación.- Ablande la mantequilla y adhiera lentamente el azúcar y la cocoa, intercalando con el extracto de café. Bata la mezcla hasta que quede cremosa, añada la vainilla.

En esta crema bañe las bolitas con una cucharilla y sáquelas sobre una fuente plana. Ponga encima de cada una, 1/4 parte de nuez o confititos de color.

Antes de servir, colóquelas en pirotines.

BOMBONES DE ALMENDRA

O NUECES

Preparación.- En un recipiente mezcle todos los ingredientes arriba indicados y adhiera la leche condensada hasta formar una masa que se la pueda trabajar con las manos.

Luego forme bolitas del tamaño de una uva y póngalas en una fuente plana para que se oréen.

Báñelas con la siguiente crema:

BAÑO

Ingredientes baño

*1/2 paquete (100 grs.)
mantequilla con sal
100 grs. mantequilla
de cacao
1 taza cocoa amarga
1 1/2 tazas azúcar
molida cernida
2 cucharillas esencia
de menta*

Preparación.- En un recipiente de fierro enlozado ponga todos los ingredientes al "baño María", hasta que se disuelvan completamente, al final añada la esencia de menta.

Cuando el baño esté tibio, meta con una cucharilla las bolitas una por una y sáquelas a una fuente plana, untada con mantequilla. Ponga encima de cada bombón unas grageas de colores o un pedazo de nuez o almendra, según el relleno que tenga.

FRUTAS DE ALMENDRA

Ingredientes

*1 huevo
1 /2 kilo almendras sin
cáscara y molidas sin
agua 1/2 kilo azúcar
granulada para cubrir
frutas 1 /2 kilo azúcar
molida para masa
Diferentes colores
vegetales 100 gramos
coco rallado fino 100
gramos clavo de olor
para cabitos de frutas
1 taza vino blanco o
vermouth 1 cuchara
vainilla Alambre
galvanizado para
cabos,
1 rollo papel verde para
cabos*

Preparación.- Una vez peladas y molidas las almendras, júntelas con el coco rallado, el azúcar molida cernida, la vainilla, el huevo y el vino o vermouth. Ponga todo en una cacerola al fuego lento y deje cocer hasta que se desprenda de la olla, removiendo constantemente.

Una vez lista la preparación, vacíe en una fuente de fierro enlozado hasta que enfrie y luego dé la forma de la fruta que quiera, como ser, uvas, naranjas, manzanas, duraznos, higos, etc. Cuando estén oreadas, disuelva el tinte con un poco de alcohol blanco y con un pincelito, dé los colores apropiados a cada fruta.

En un plato plano ponga el azúcar granulada y revuelva las frutitas en cuanto las haya pintado, para que se adhiera el azúcar y tome el color del tinte. Así quedan brillosas con un aspecto muy bonito.

Los cabos de las uvas, fórmelos de alambre galvanizado, forrado con papel crepé y bañado en parafina disuelta a "baño María", para que no se despinten al humedecerse. A las otras frutas, póngales cabitos de clavo de olor. Estas frutas son muy bonitas para arreglar un frutero para centro de mesa, pero no conviene guardarlas mucho tiempo porque se ponen rancias y se enmohecen.

**QUINTA SECCION * Entradas y
soufflés de verduras**

SOUFFLE DE AVE O PESCADO

(BASE PARA PREPARAR)

Ingredientes

*3/4 tazada
mantequilla 1
cucharilla rasa sal
molida 1 /2
cucharilla pimienta
3 tazas leche
3/4 taza harina
blanca
4 huevos enteros*

Preparación.- Ponga a calentar la mantequilla en una sartén, añada la harina, para que se retueste ligeramente; luego la leche, removiendo para que no se formen grumos. Deje cocer por unos 5 minutos hasta que quede espesa y transparente. Ponga la sal y la pimienta. Deje enfriar en cacerola tapada, para que no forme nata en la superficie. Añada las yemas ligeramente batidas y mezcle bien, bata las claras a punto nieve y añada a la preparación anterior con movimientos envolventes.

En esta base puede hacer diferentes soufflés, como por ej: con 1 1/2 tazas de pollo cocido picado o la misma cantidad de pescado frito, mariscos, jamón, sesos o de cualquier verdura cocida y picada. Enmantequille un molde de aro o un pirex rectangular, vierta en él, el soufflé y ponga al horno regular hasta que quede la preparación compacta, esto es, en unos 25 a 30 minutos. También puede usar moldes pequeños, individuales, que requieren menos tiempo para su cocción.

Sirva como entrada y si es soufflé de verduras, como acompañamiento de roast beef, lomo, chuletas, cerdo, supremas de pollo o milanesas de carne, etc. Cuando esté frío, pase por el contomo con un cuchillo y vuelque en una fuente del mismo tamaño y forma que la del molde. Si lo desea cubra con alguna salsa.

REPOLLO MORADO CON MANZANAS

(Acompañamiento para carnes)

Ingredientes

*1 taza cerveza 1
repollo morado de 1
kilo más o menos 1
kilo manzanas 75
gramos tocino 1 /2
taza aceite 1 /2 taza
cebolla picada
finamente 1 /2
cucharilla sal molida
1 /2 cucharilla
pimienta molida*

Preparación.- Pique fino el repollo, sin nervaduras. Frialo en una sartén con el aceite, la cebolla picado pluma, y el tocino picado en rallitas largas; aliñe con sal y pimienta.

Agregue la cerveza. Deje cocer unos 40 minutos hasta que el repollo quede tierno. Añada las manzanas peladas y picadas en rallas finas; remueva y deje cocer a fuego lento 10 minutos más.

PALTA RELLENA CON POLLO Y MAYONESA

Ingredientes

1 pechuga de pollo
cocida con sal y
picada
3 paltas grandes
4 cucharas mayonesa
1 huevo duro
3 aceitunas negras sin
pepas
1 ½ taza arvejas
peladas, cocidas con
agua y sal
1 ½ cucharilla
pimienta negra
molida
2 cucharas jugo de
limón

Preparación.- Divida las paltas en 2 partes, si son chicas y en 4, si son grandes. Extraiga con cuidado la pepa. Pélelas con ayuda de una cuchara. Rocíelas con jugo de limón para que no se ennegrezcan.

Para el relleno, mezcle la pechuga picada en tiras finas, las arvejas, la pimienta, la sal y la mayonesa. Rellene las paltas.

Adorne con círculos de huevo duro y alrededor con una aceituna partida en tiritas para que parezca una flor. Al centro del huevo coloque un pedazo de pimiento morrón rojo.

Sirva sobre hojas de lechuga picada menuda.

Ingredientes

1 cucharilla sal 1 ½
cucharilla pimienta
negra 1 ½ taza arvejas
cocidas con sal 1/2
taza papas picadas en
cubitos y cocidas con
sal 1 ½ taza
zanahorias picadas en
cubitos cocidas con sal
1 ½ taza mortadela
picada en cubitos 3
cucharas mayonesa 1
cuchara mostaza
1 cuchara perejil
picado
2 cucharas salsa de
tomate ketchup
6 tomates algo duros
hojas tiernas de
lechuga

CESTITAS DE TOMATE

ENTRADA

Preparación.- Con un cuchillo filo corte los tomates en forma de cestitas, dejando el centro de la parte superior como un agarrador.

Vacié los tomates con cuidado, con una cucharilla, espolvoréelos con sal y pimienta. Mezcle los 8 primeros ingredientes y rellénelos.

Sirva en platos paneros como entrada, adornados alrededor con unas hojas tiernas de lechuga.

SOUFFLES VARIADOS -RECETABASE

Ingredientes

21/2 tazas queso
fresco desmenuzado 4
huevos enteros 1 taza
leche 1 1/4 taza harina
blanca 50 gramos
mantequilla con sal
(1/4 paquete)

Preparación.- Ponga al fuego en una sartén la harina, la mantequilla y la sal. Cuando esté tostada agregue la leche poco a poco. Haga cocer hasta que espese y quede transparente, removiendo continuamente. Deje enfriar en la olla tapada, adhiera el queso y las yemas ligeramente batidas, al final las claras a punto nieve.

Enmantequille un molde de pirex grande o varios individuales. Vierta en ellos hasta llenar 2/3 de su contenido y ponga al homo regular a 200° C., hasta que se dore la parte superior. Una vez cocidos, déjelos unos 5 minutos en homo apagado, para que queden compactos y no se bajen con el cambio brusco de temperatura. Se sirven calientes, como entrada o acompañamiento de carnes, aves o pescados. También el queso se varía con otra verdura, ave, pescado o marisco.

Ingredientes

6 tomates grandes
6 huevos
1 1/2 cucharilla
sal
6 tajadas de pan
molde
2 cucharas
mantequilla para
freír pan
1 cucharita aceite para
freír pan
6 cucharas queso
picado
1 1/2 cucharilla
pimienta molida

Ingredientes salsa

1 tarro leche
evaporada
1/2 cucharilla sal
1 cucharita ají amarillo
molido
2 cucharas aceite para
freír ají
1 taza queso chaqueño
picado
2 cucharas de salsa de
tomate

TOMATES SORPRESA

Preparación.- Corte con el cuchillo una ralla de la parte superior de cada tomate y vacíe las semillas con mucho cuidado. Espolvoree con la sal y pimienta. Rellene hasta la mitad con una cuchara de queso.

Póngalos al horno caliente, en una fuente cubierta, con 1 taza de agua a la base, por 10 minutos. Sáquelos y coloque 1 huevo encima de cada tomate. Vuelva a ponerlos al horno hasta que el huevo quede cocido, pero no duro. Fría ligeramente los panes en una sartén con la mantequilla y el aceite caliente. Coloque sobre cada pan 1 tomate y cúbralos con la siguiente salsa.

SALSA DE LECHE Y AJÍ

Preparación.- En una cacerola ponga la leche con la sal, añada el ají amarillo frito en el aceite y la taza de queso. Mezcle bien. Deje dar apenas, un hervor y cubra con 2 cucharas de esta salsa cada tomate.

Sirva caliente con papas picadas cocidas en agua con sal, escurridas y adércelas con aceite y vinagre.

ENSALADA DE POROTOS PALLARES

Ingredientes

Preparación.- Remoje los porotos día antes y cocínelos con anticipación, por espacio de 3 horas, hasta que queden suaves.

En una sartén dore en el aceite el ajo picado y la albahaca.

Con este preparado aderece los porotos y hiérvalos en la misma salsa espolvoreándolo con la sal y la pimienta. En el mismo aceite fría el pan picado.

Ponga los porotos en una fuente, encima el pan frito y los huevos duros partidos en rallas.

Con esta ensalada puede acompañar pescado frito, riñones, churrascos o milanesas.

ENSALADA DULCE DE REPOLLO COLORADO

Preparación.- Lave las hojas del repollo una por una. Píquelas en tiras muy finas. Déjelas macerar con el vinagre y el jugo de limón más o menos 1 hora. Después exprima y deje en una coladera para que filtre toda el agua.

Cuando esté listo condimente con el azúcar, la sal y el aceite. Mezcle bien y coloque en una fuente.

Decore con huevitos de codorniz y al contorno con trazos ondulados de mayonesa. Esta ensalada es apropiada para servir con pato, pollo o pescado al homo.

Ingredientes

5 duraznos al natural
picados en
cuadrados
1 pina pelada y picada
en tiritas
4 manzanas ácidas
peladas y picadas en
cuadrados
pequeños
2 tazas nueces
peladas y picadas
1/2 litro de crema de
leche
1/2 taza azúcar
molida
1 cucharilla sal
1 taza guindas al jugo

Ingredientes

1/2 kilo ciruelas
remojadas en 2
tazas de agua
6 manzanas peladas
picadas en rodajas y
cocidas en 1 1/2
taza de agua y 1/2
taza azúcar
granulada o 1 tarro
de pina al jugo
2 cucharas mantequilla
1/2 litro de crema de
leche
1/2 taza azúcar
molida
2 tazas nueces picadas
8 guindas confitadas

ENSALADA O SALSA DELICIA DE FRUTAS

Preparación.- En un recipiente mezcle todos los ingredientes y añada la crema batida junto con el azúcar y la sal.

Se puede variar empleando mayonesa en lugar de la crema, pero siempre poniendo azúcar, porque esta salsa es dulce.

Sirve para acompañar carnes de aves, res y pescados.

ENSALADA DE CIRUELAS, NUECES Y MANZANAS O PIÑA

Preparación.- Saque las pepas a las ciruelas remojadas y píquelas. Estruje un poco las manzanas, luego junte con las nueces y ciruelas; mézclelas incluyendo el azúcar molida.

Lleve al homo caliente por 7 a 8 minutos, poniendo encima pedacitos de mantequilla con sal.

Cuando esté lista la preparación, vacíe en un pirex, decore con guindas confitadas, picadas en tiritas largas. La ensalada de manzana no lleva crema.

Para hacer la ensalada con piña, se procede de igual manera solamente supliendo la manzana por la piña picada y aderezada con la crema de leche batida y endulzada con la 1/2 taza de azúcar molida.

Ingredientes

1 planta tierna de apio
con troncos gruesos
4 manzanas acidas,
peladas y picadas
en daditos
250 gramos de nueces
peladas y picadas
1 taza crema de leche o
1 taza de mayonesa
de yemas. 3
cucharas azúcar
molida cernida

Ingredientes

1 taza mayonesa
preparada
1 taza manzana hecha
puré
1 ¡2 tarro anchoas
licuadas con el puré
de manzanas

Ingredientes

1 /2 paquete gelatina
royál de piña 3 tazas
betarragas cocidas con
agua y 1 ¡2 cucharilla
sal 1 taza jugo de piña
1 taza nueces picadas
1 taza piña o manzana
picada 1 taza crema de
leche batida
1/2 taza azúcar
molida
10 huevos de codorniz
cocidos y pelados

ENSALADA WALDORF

Preparación.- Lave muy bien el apio, corte los troncos gruesos y límpielo de nervaduras. Píquelo en pedazos pequeños y déjelo remojar en agua fresca.

Una vez listos todos los ingredientes, cuele los pedazos de apio, séquelos con un secador limpio y en un recipiente mezcle todo. Sazone con el azúcar molida.

Esta salsa es muy indicada para servir con pavo o langosta y carnes en general.

SALSA DE MANZANAS Y ANCHOAS

Preparación.- En un recipiente mezcle todos los ingredientes. Esta salsa resulta algo agridulce. Puede aplicarla como base de sandwiches o para picar con frituras. Es de un gusto agradable.

ENSALADA DULCE DE BETARRAGA

Preparación.- Una vez cocidas las betarragas, pélelas y píquelas en cubitos pequeños. Recién entonces mida las 3 tazas.

Bata la crema de leche, añada el azúcar molida y los otros ingredientes y mezcle muy bien. Coloque en una fuente y adorne con huevitos de codorniz.

Otra manera de presentar esta ensalada es la siguiente: mezcle todo con la gelatina de piña disuelta con la taza de jugo de la misma; póngalo a "baño María" hasta que no tenga ningún grumo. Vierta en un molde de aro, mojado con agua y escurrido. Lleve al refrigerador hasta que quede compacto. Para desmoldar meta el molde al agua caliente por unos segundos y vuelque de golpe en una fuente con borde.

Sirve para acompañar carnes de res, pollo y mariscos.

PALTAS SORPRESA PARA ENSALADA

Ingredientes

4 paltas grandes
1 taza queso fresco
(quesillo)
1 cuchara cebolla
finamente picada
12 aceitunas negras
sin pepa
1 taza nueces peladas
y picadas
2 cucharas jugo de
limón
1 cucharilla sal
1 cuchara salsa soya
2 cucharas aceite

Preparación.- Parta las paltas por la mitad, a lo largo. Pélelas con mucho cuidado para que queden enteras y rocíelas con jugo de limón y sal.

En un recipiente mezcle el queso con la cebolla, las nueces molidas, la salsa soya y el aceite. Rellene las mitades de palta con esta mezcla y 3 aceitunas. Una cada palta con su otra mitad. Para que queden perfectas y comprimidas envuélvalas en papel impermeable o de plástico y déjelas en el freezer por 2 horas hasta que estén congeladas.

Pártalas en rodajas, con un cuchillo filo sumergido en agua caliente. Sirva sobre hojas de lechuga: 2 rallas de palta y 2 rallas de tomate. Ponga mayonesa en una salsera para que cada persona se sirva, si lo desea.

Ingredientes

6 huevos duros
1 manzana pelada y
raspada
1 taza cebolla picada
fina
1 cubito de carne
concentrada
1 cuchara salsa de
tomate
1/2 taza tomate
pelado y picado
1 cuchara perejil
picado
2 cucharas maizena
1 /2 litro agua
1 /2 cucharilla
pimienta molida
1/2 cucharilla sal
molida
1 cuchara
mantequilla con sal
para salsa

HUEVOS CON SALSA DE TOMATE

Preparación.- En una sartén, dore la cebolla en el aceite. Añada la manzana raspada, el tomate, el perejil, la pimienta y la salsa de tomate.

En las 2 tazas de agua disuelva el cubo de carne concentrada y la maizena. Vierta sobre la salsa de cebolla y remueva hasta que espese: al final adhiera la mantequilla.

Deje cocer los huevos cubiertos con agua y 1 cuchara de vinagre o limón, por 12 a 15 minutos. Escúrralos y eche un chorro de agua fría, para pelar con facilidad.

Para llevar a la mesa, coloque los huevos partidos por el centro en dos, las yemas pegadas a la base de la fuente. Cubra con salsa caliente y ponga alrededor, arvejas cocidas en agua y sal o rajas de palmito.

Acompañe con arroz graneado en olla de presión.

TARTA DE ESPARRAGOS

RELLENO

Ingredientes

250 gramos de harina
blanca
125 gramos
mantequilla con sal
2 huevos grandes

Ingredientes relleno

750 gramos
espárragos frescos o
1 tarro grande en
conserva
1 /2 paquete de crema
de espárragos
2 cucharas
mantequilla
1 /2 taza queso
muzarella raspado
1 /2 cucharilla sal
molida
2 cucharas perejil
picado
1 /2 cucharilla pimienta
negra molida
1 tarro leche
evaporada Nestlé
4 huevos duros
2 cucharas harina
blanca

Preparación.- En un recipiente coloque la harina con la mantequilla. Frote con la palma de las manos hasta formar migas. Añada los huevos. Forme una masa seca. Deje reposar en lugar fresco, por media hora.

Prepare la salsa blanca derritiendo en una sartén la mantequilla. Añada la harina para que se dore ligeramente, luego, la leche, la sal y la pimienta. Remueva, y deje cocer unos 3 minutos hasta que comience a espesar. Disuelva la crema de espárragos en 1 taza de agua y únala a la leche. Deje que cueza 10 minutos, removiendo constantemente. Forme una crema algo espesa. Agregue 2 huevos duros, picados menudos, la mitad de los espárragos hechos puré y el perejil picado. Mezcle muy bien y guarde en olla tapada.

En una mesa ligeramente enharinada, estire con uslero la masa anterior y forre con ella un molde de tarta enmantequillado. Con un tenedor pinche la base de la masa para que no se infle al cocer. Ponga en homo caliente, por 15 minutos.

Saque la tarta del horno, rellénela con la crema de espárragos. Cubra la tarta con el queso y encima adome con una ralla de huevo duro y el resto de los espárragos formando una flor, poniendo al centro el huevo y alrededor los espárragos. Lleve a homo caliente para que se derrita el queso.

Sirva caliente cortando en 8 triángulos.

GALLETAS DECORADAS PARA NAVIDAD - Pag. 84 (Foto: H. saiana)

SEXTA SECCION *

Galletas deliciosas

Ingredientes

GALLETAS DELICIOSAS

Preparación.- Bata la mantequilla, la chancaca o la miel, la sal, la yema y la vainilla. Agregue la harina cernida y el royal para formar una masa suave. Haga unas bolitas del tamaño de una nuez, revuelva en la clara muy batida, luego en las nueces.

Ordénelas a 2 cms. de distancia en chapas ligeramente enmantecadas para ponerlas al horno a 200 grados C. En la parte superior hágales un hoyito con el dedo y adórnelas con una fruta abrillantada o con un poco de mermelada.

GALLETAS BESOS DE REINA

Preparación.- Bata las claras a punto nieve, agregue poco a poco el azúcar, continuando el batido hasta que forme picos. Añada la sal, la vainilla y, al final, las nueces o el coco rallado. Mezcle todo y con una cucharilla, ponga en montoncitos en una bandeja de horno cubierta con papel sábana engrasado. Coloque los montoncitos a una distancia de 4 cms. entre sí, en horno templado a 160 grados centígrados, por unos 20 a 25 minutos.

Cuando estén cocidas las galletas, humedezca un secador y deje encima de éste, el papel con las masitas, para que se desprendan con facilidad.

GALLETAS GOTITAS

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal, la canela, la vainilla y las yemas hasta que quede como crema. Agregue las claras batidas a punto nieve y, al final la maizena, harina y royal cernidos juntos. Forme una masa suave. Haga unas bolitas del tamaño de una nuez moscada. Póngalas en latas ligeramente enmantecadas a 1 1/2 cms. de distancia. Llévelas al horno caliente por 5 a 7 minutos.

Una vez listas, espolvoréelas con azúcar molida.

GALLETAS DOMINO

Ingredientes

1 1/2 tazas harina
blanca
1 taza maizena
1 1/2 cucharillas
royal
2 huevos
1 taza azúcar
granulada
1 cucharilla vainilla
3/4 paquete
mantequilla con sal

Ingredientes crema

2 1/2 tazas azúcar
molido cernido
1 1/2 taza agua cocida
fría
1 cuchara Jugo de
limón
40 lentejas de
chocolate

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar hasta que quede cremosa. Agregue los huevos y la vainilla. Bata todo junto y, al final, añada la harina cernida con el royal. Forme una masa suave. Con un uslero, extiéndala en forma de rectángulo en mesa enharinada, hasta que quede de 1/2 cm. de espesor. Corte en rectángulos de 6 por 2 1/2 cms. Enmanteque ligeramente una lata de homo y coloque las galletas al 1/2 cms. de distancia.

Hornee a temperatura regular hasta que queden doradas. Cuando enfrien cúbralas con la siguiente crema:

CREMA

Preparación.- Ponga en un recipiente el azúcar, agréguele, poco a poco el agua, removiendo en forma circular con espátula de palo. Añada el jugo de limón. Mezcle muy bien hasta que se haga una crema fina, con la que cubrirá los pastelitos, unidos previamente de 2 en 2, con la misma crema.

Antes de que seque la crema superior, pegue los confites de chocolate, formando fichas de dominó.

GALLETAS DE JUGO DE NARANJA

Ingredientes

2/3 taza mantequilla
con sal
3/4 taza de azúcar
1 huevo
1 1/2 taza jugo de
naranja o
mandarina
2 cucharillas cáscara
raspada de naranja
o mandarina
2 tazas harina
1 cucharilla royal
1 1/2 cucharilla
bicarbonato
1 1/2 cucharilla sal
molido

O MANDARINA

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal y el huevo, hasta que quede cremosa. Agregue el jugo y la raspadura de la fruta que empleó.

Cierna la harina con el royal y el bicarbonato. Mezcle con la crema anterior, formando una masa suave. Con un uslero extiéndala en mesa enharinada hasta alcanzar un espesor de 1/2 cm. Con un corta-pasta especial, corte en círculos. Enmantequille ligeramente una lata de homo y colóquelas a 1/2 cm. de distancia. Homée a temperatura regular hasta que queden ligeramente doradas.

GALLETAS DE MANZANA

Ingredientes

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal y los huevos; añada el bicarbonato, el café y la manzana raspada.

Mezcle bien, luego añada la harina cernida con el royal. Remueva nuevamente hasta que esté todo unido.

Deje reposar una hora. Después con una cucharilla, ponga montoncitos en una lata ligeramente enmantecada, a 4 cms. de distancia.

Lleve a homo caliente, por 12 minutos, hasta que queden doradas.

GALLETAS 'LA NEGRITA'

Preparación.- Mezcle el aceite con la sal y el azúcar. Agregue los huevos, la vainilla, la cocoa y el café, batiendo constantemente.

Al final añada la harina cernida con el royal. Forme una masa y déjela reposar cubierta con plástico, de un día para otro.

Forme bolitas del tamaño de una nuez. Revuélvalas en azúcar molida.

Colóquelas en latas enmantecadas, a 3 cm. de distancia una de otra. Cocine en homo caliente por espacio de 10 a 12 minutos.

Ingredientes

2 1/2 tazas harina 1
cucharilla royal (polvo
de hornear)
1 1/2 cucharilla sal
molida
1 cucharilla canela
preparada 1 cucharilla
vainilla 100 gramos
mantequilla con sal 1
taza azúcar molida 1
huevo
1 cuchara cáscara de
limón rallada
2 cucharas crema de
leche espesa

Ingredientes crema

1 taza azúcar molida 1
cucharilla coñac 1 ó 2
cucharas agua fría
cocida 1 cuchara jugo
limón

GALLETAS DECORADAS PARA NAVIDAD

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal y el huevo hasta que quede cremosa; vierta la canela preparada, la vainilla, la crema de leche y la cáscara de limón. Al final, la harina cernida con el royal.

Forme una masa blanda. Déjela reposar 45 min., cubierta por un plástico. Después de este tiempo, estírela con un uslero en una mesa enharinada, hasta que tenga 1/2 cm. de espesor o algo menos. Córtela, con cortapastas en diferentes formas. Póngalas en latas enmantecadas, en horno moderado, alrededor de 10 mins. Una vez frías cúbralas con la siguiente crema:

CREMA

Preparación.- Bata mucho los ingredientes y con una cucharilla ponga encima de cada galleta una capa delgada.

Adorne con confititos de color, también los puede teñir con tintes vegetales de diferentes colores, dividiendo la crema en varios recipientes.

GALLETAS DE NUECES, COCO RALLADO

Y CAFE

Ingredientes

1 1/2 tazas harina 1
cucharilla royal 100
gramos mantequilla
con sal (1/2 paquete)
1 taza azúcar
granulada
1 1/2 taza coco
rallado 1/2 taza
nueces
picadas
1/3 taza café filtrado
tinto
2 yemas de huevo 2
cucharas coñac
1 cucharilla vainilla

Preparación.- Bata el azúcar con la mantequilla, agregue las yemas una por una, siempre batiendo, luego la vainilla, el coñac y el extracto de café.

Cierna la harina con el royal, mézclela con las nueces y el coco rallado y forme una masa suave que se pueda trabajar con las manos.

Haga bolitas del tamaño de una nuez y aplánelas un poco. Póngalas al horno caliente, en latas enmantecadas a 2 cms. de distancia una de otra, hasta que se doren.

Ingredientes

1 taza pasas
1 taza agua
3/4 taza mantequilla
con sal
1 1/2 tazas azúcar
granulada
2 huevos
1 cucharilla vainilla
2 1/2 tazas harina
blanca
2 cucharillas royal 1
cucharilla
bicarbonato 1
cucharilla sal
1 cucharilla canela
preparada
2 tazas avena
1 taza nueces
mortajadas

GALLETAS DE AVENA

Preparación.- En una cacerolita haga hervir las pasas con la taza de agua, hasta que se hinchen.

Bata la mantequilla con el azúcar, la sal, la vainilla, los huevos y la canela preparada, hasta que quede cremosa. Vierta el jugo de las pasas. Luego cierna la harina con el royal y el bicarbonato y, mezcle con la avena, las nueces y las pasas remojadas.

Mezcle las dos preparaciones, formando una masa blanda. Con una cucharilla, ponga montoncitos en una lata enmantecada a 4 ó 5 cms. de distancia uno de otro. Coloque al horno caliente por 8 a 10 mins., hasta que queden dorados.

GALLETAS DE PINA

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, los huevos, la sal, el bicarbonato, la canela preparada y la piña licuada.

Ingredientes

1 taza mantequilla
con sal
1 1/4 tazas azúcar
granulada
2 huevos
1 taza piña licuada
3 1/2 tazas harina
blanca
2 cucharillas
bicarbonato
1 /2 cucharilla canela
preparada
1/2 cucharilla sal
molida
1 /2 taza nueces o
coco rallado

Cierna la harina, mézclela con las nueces o coco rallado y agregue a la primera preparación. Forme una masa y déjela reposar por una hora, cubierta con un plástico.

Con una cucharilla póngala en montoncitos sobre latas ligeramente enmantecadas, a 5 cms. de distancia unos de otros. Introduzca al horno caliente por 8 a 10 mins., hasta que queden dorados.

Ingredientes

- 1 taza mantequilla con sal
- 2 tazas azúcar rubia o chancaca raspada
- 2 cucharas extracto de café
- 2 huevos
- 1 /2 taza leche
- 3 1/2 tazas harina blanca
- 1 cucharilla bicarbonato
- 1 cucharilla sal
- 1 cucharilla royal

Ingredientes

- 1 3/4 tazas harina blanca
- 1/2 taza mantequilla con sal
- 1 taza azúcar granul.
- 1 huevo
- 4 cucharas cocoa en polvo
- 3/4 taza leche agria
- 1 cucharilla vainilla
- 1 /2 cucharilla bicarbonato
- 1 taza nueces picadas
- 1 /2 cucharilla sal

Ingredientes

- 1 /2 libra chancaca hecha miel (1 taza)
- 500 gramos harina blanca
- 100 grs. mantequilla con sal (1/2 pte.)
- 2 huevos enteros
- 2 cucharillas royal
- 1 /2 cucharilla canela preparada

GALLETAS DE AZUCAR RUBIA

O CHANCACA

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal, el bicarbonato y los huevos. Añada el café y la leche y al final, la harina cernida con el royal. Forme una masa blanda y déjela reposar una hora, cubierta con un plástico.

Con una cucharilla, ponga montoncitos en latas ligeramente enmantecadas, a 4 ó 5 cms. de distancia. Meta al homo caliente, por 8 a 10 minutos.

GALLETAS DE CHOCOLATE

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal, el huevo y la cocoa. Agregue la leche agria (Ver como preparar leche agria pág. 16) y la vainilla, luego el bicarbonato y al final la harina cernida, mezclada con las nueces. Mezcle muy bien y déjela reposar por una hora.

Con una cucharilla, ponga en montoncitos, en latas enmantecadas, a 4 ó 5 cm. de distancia uno de otro. Cocine en homo regular, por 10 a 12 minutos.

GALLETAS DE MIEL DE CAÑA

Preparación.- En un recipiente cierna la harina con el royal, añada la mantequilla y frótela con las palmas de las manos hasta que se formen migas; luego ponga los huevos, la miel, la canela preparada y forme una masa muy suave.

En una churrera especial coloque la masa y presionando forme unas tiras. Divídalas en 6 cms. de largo, más o menos, y colóquelas en latas ligeramente enmantecadas. Llévelas a homo caliente, por 10 a 12 minutos, hasta que se doren.

Ingredientes

1/2 taza mantequilla
con sal (100 grs.)
1 1/2 tazas azúcar
granulada (335 grs.)
2 huevos para la masa
y 1 para pintar
4 cucharas leche (60
gramos)
3 1/2 tazas harina
blanca
1 1/2 taza harina de
tarhui
3 cucharillas royal
1/2 cucharilla sal
molida
1 1/2 tazas nueces
mortajadas

Ingredientes

65 gramos mantequilla
con sal
65 gramos azúcar
granulada
70 gramos harina
1 cucharilla vainilla
2 claras

Ingredientes

1 1/4 tazas
harina blanca
1 1/4 tazas maizena o
harina de papa
1 1/2 tazas
azúcar molida
1 cucharilla vainilla
1 1/2 tazas leche
evaporada
2 yemas y 2 claras
batidas a punto
nieve
1 1/4 cucharilla sal

BARRAS DE NUECES Y TARHUI

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal; añada las yemas, luego las 2 claras batidas a punto nieve y la leche. Mezcle todo muy bien. Cierna las harinas con el royal, entremezcle con la taza y media de nueces y añada a la preparación anterior. Forme una masa suave.

Estire la masa hasta 1 cm. de espesor, sobre mesa enharinada y con una ruedita corte en barras largas. Divídalas cada 8 cms.

Con un cepillo pase sobre las barras, con huevo ligeramente batido. Espolvoréelas con la restante 1/2 taza de nueces. Póngalas en una lata enmantecada, a 1 cm. de distancia, a horno templado, por espacio de 15 minutos.

LENGUAS DE GATO - GALLETAS I

Preparación.- En un recipiente bata la mantequilla con el azúcar, hasta que quede cremosa, agregue las claras una por una, batiendo siempre. Añada la vainilla y al final la harina cernida. Mezcle muy bien. Coloque la preparación en una manga con boquilla lisa y forme tiras de 8 cms. de largo sobre latas enmantecadas. Lleve a horno caliente por 6 a 8 minutos, hasta que las orillas estén doradas. Levántelas con cuidado con una espátula, y déjelas enfriar en una fuente.

LENGUAS DE GATO - GALLETAS II

Preparación.- Cierna en conjunto los 2 tipos de harinas y el azúcar molida y sal. Añada la leche juntamente con las yemas y la vainilla, al final las claras batidas a punto nieve. Mezcle muy bien y ponga en una manga con boquilla lisa gruesa, luego, en una lata enmantecada coloque porciones alargadas que imiten la lengua de gato. Debe poner las masitas a 2 1/2 cms. de distancia una de otra, para que no se junten entre sí.

Lleve a horno moderado, por 7 a 8 minutos, hasta que se doren ligeramente.

GALLETAS SPRITZ

Ingredientes

1 paquete mantequilla
con sal (200 grs.)
1 1/2 tazas azúcar
granulada
4 huevos
2 cucharas agua fría o
leche
2 cucharillas royal
1 cucharilla vainilla
1 cucharilla canela
preparada
4 1/2 tazas harina
blanca

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar. Agregue las yemas, una por una, siempre batiendo. Añada las claras batidas a punto nieve, la vainilla, la canela preparada y el agua o leche.

Mezcle con la harina cernida y forme una masa blanda. Póngala en un tubo para hacer galletas y forme tiras largas de diferentes formas, partiéndolas en pedazos de 8 cm. más o menos.

Póngalas en latas enmantecadas a 1 1/2 cm. de distancia. Lleve al horno caliente por 7 a 8 minutos, hasta que queden ligeramente doradas.

GALLETAS HOLANDESAS PARA NAVIDAD

Ingredientes

250 gramos harina 1
cucharilla bicarbonato
150 gramos
mantequilla con sal
150 gramos azúcar
molido
1 cucharilla canela
preparada 1 cucharilla
vainilla 1 cucharilla
cáscara de limón o
naranja raspada
50 gramos almendras
o nueces molidas
1 1/2 cucharas leche

Preparación.- Cierna la harina con el bicarbonato. Bata la mantequilla con el azúcar hasta que quede cremosa.

Agregue la leche, la cáscara de limón, la vainilla, la canela preparada y junte todos los ingredientes formando una masa suave.

Déjela reposar toda la noche en el refrigerador. Estírela a 1/2 cm. de espesor con el uslero. Córtela con cortadores especiales para galletas, en figuras variadas.

Pase mantequilla a la base de la lata de horno y ponga en ella las galletas a 200 grados, hasta que se doren.

GALLETAS DE NUECES O ALMENDRAS

Ingredientes

2 1/2 tazas harina
blanca
1 1/2 cucharillas
royal
100 gramos
mantequilla con sal 1
taza azúcar granulada
1 1/2 tazas nueces
martajadas 1 / 4 taza
jugo de naranja 4
yemas
1 cucharilla canela
preparada

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar hasta que quede cremosa. Agregue las yemas una por una, la canela preparada y el jugo de naranja. Mezcle muy bien.

En un recipiente cierna la harina con el royal, revuelva en ésta las nueces y mézclelas con la primera preparación. Amase con las manos y forme una masa suave.

Deje reposar 1/2 hora en lugar fresco. Tome pedazos de masa y en una mesa enharinada, estírelos hasta lograr 1/2 cm. de espesor. Con la medita de cortar masa, corte tiras de 1 1/2 cms. de ancho y parta en pedazos de 8 cm.

Enmanteque ligeramente unas latas de homo y ponga las galletas a 1 cm. de distancia. Caliente el homo a 250° C., introduciendo las latas por espacio de 10 a 12 minutos, hasta que estén doradas.

Para hacer galletas de almendra cambie las nueces por almendras martajadas.

Ingredientes

460 gramos avena (1
libra)
200 gramos
mantequilla con sal
(1 paquete)
1 1/2 tazas harina
blanca
1/2 taza harina de
tarhui
2 tazas nueces
picadas
2 tazas pasas de uva
sin pepa, remojadas 2
tazas azúcar molida 4
huevos enteros 2
cucharillas royal 1 / 2
cucharilla sal molida
1 cucharilla canela
preparada
2 cucharillas vainilla

GALLETAS DE AVENA Y TARHUI

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal y la canela preparada. Agregue los huevos uno por uno, batiendo siempre.

Cierna las harinas blanca y de tarhui con el royal juntos. Mezcle con la avena, las pasas y las nueces y agréguela a la preparación anterior, formando una masa quebradiza.

En caso de que quede muy seca, añada unas cucharas de leche fría.

Ponga, para cada galleta, una cucharilla de masa sobre una lata enmantecada, a una distancia de 1 1/2 cm. Lleve a homo caliente por espacio de 15 a 20 minutos.

BIZCOCHOS DE MIEL

Ingredientes

3/4 taza mantequilla
(150 gramos)
1 taza nueces peladas
2 huevos
1/2 cucharilla sal
1 cucharilla vainilla
1 taza miel de caña
espesa
2 1/2 tazas harina
blanca cernida
2 cucharillas royál

Preparación.- Bata la mantequilla, la vainilla, la sal y la miel; agregue los huevos ligeramente batidos. Cierna la harina con el royál y mezcle con la primera preparación. Forme una masa blanda.

Déjela descansar unos minutos, luego con un uslero estire la masa a 1/4 cm. de espesor, en mesa enharinada. Corte redondeles de 3 cm. Coloque en una lata ligeramente enmantecada a 1 1/2 cms. de distancia y encima de cada masita 1/2 nuez. Cocine a homo caliente por 12 minutos, más o menos, hasta que queden doradas.

GALLETAS DE CANELA RELLENAS

CON PURE DE MANZANAS O ZAPALLO

Ingredientes

4 tazas harina blanca
4 huevos
1 1/2 taza leche
150 grs. mantequilla
con sal
4 cucharillas royál
1 taza azúcar
granulada
2 tazas puré de
manzana o zapallo
para rellenar (teñida
con colorante rojo)
1 cuchara canela
molida
1 pizca de sal

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal, y la canela hasta que quede cremosa. Añada las yemas una por una, siempre batiendo y a continuación la leche. Al final agregue las claras batidas a punto nieve y la harina cernida con el royál.

Mezcle con las manos hasta formar una masa suave. Déjela reposar por 1/2 hora en lugar frío, luego con un uslero estire la masa a 1/2 cm. de espesor, sobre una mesa enharinada. Corte con un corta pastas redondo de 3 1/2 cms. de diámetro, ponga en una lata de horno ligeramente enmantecada y espolvoreada con harina. Coloque una parte de las masitas en orden y en cada una de ellas, 1/4 cucharilla del puré de manzana o zapallo. Cúbralas con otra masita.

Para que queden como caritas, con una boquilla corte la masa de encima como ojos y boca.

Métalas en el homo a 250 grados, por espacio de 10 a 12 minutos, hasta que se doren.

Ingredientes

GALLETAS DE CAFE Y MIEL DE CAÑA

Preparación.- Bata la mantequilla con la miel. Añada el café, el agua fría, la canela preparada y el bicarbonato cernido. Mezcle todo muy bien y añada la harina cernida con el polvo de hornear. En caso que la masa quede pegajosa ponga un poco más de harina para que sea fácil trabajar con las manos.

Con un uslero estire la masa en mesa espolvoreada con harina, córtela con un cortapastas enharinado en la forma que desee. Cueza en homo moderado por espacio de 10 minutos.

BIZCOCHITOS DE VAINILLA

Preparación.- Bata los huevos con el azúcar hasta que queden espumosos. Añada la sal, la vainilla y la manteca, luego la leche y al final la harina cernida con el royal. Mezcle muy bien y coloque 1 cuchara de masa en moldecitos previamente enmantecados. Lleve a homo caliente, por 15 a 20 minutos, hasta que estén dorados.

Si desea variar, añada a la masa 2 cucharas de cocoa disuelta en 1/4 taza de café tinto, mezcle muy bien y proceda de la misma forma.

MASA BASE DE GALLETAS PARA DECORAR

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, hasta que quede cremosa. Agregue la sal, la canela, la vainilla, el coñac y las yemas, bata muy bien. Añada la leche y luego la harina cernida con el royal. Mezcle hasta formar una masa que se la trabaje con las manos. Agregue un poco más de harina si la masa se prende a las manos.

Estire la masa hasta lograr 1/2 cm. de espesor, corte de diferentes formas con cortadores especiales. Ponga al homo regular, 250 grados, en latas enmantecadas y por espacio de 12 a 15 minutos, hasta que estén dorados ambos lados.

DECORADO CON AZUCARADO DE CLARAS DE HUEVOS

(CREMA PARA DECORAR GALLETAS)

Ingredientes

*3 claras
2 cucharas agua
1 cuchara jugo de
limón
2 tazas azúcar molida*

Preparación del baño.- Bata las claras con el azúcar. Añada el agua y el jugo de limón. En caso de que el baño sea corredizo, agregue un poco más de azúcar.

Cuando las galletas estén frías, unte con el baño toda la superficie. Decore algunas con grajeas, pedazos de guinda o perlitas. El baño puede dividirse en recipientes chicos y ponerle diferentes colores con tinte vegetal.

Con esta masa base haga infinidad de variaciones, poniendo 1 taza de nueces picadas, coco rallado o frutas abrillantadas.

Si quiere que las galletas queden morenas, échele a la masa 3 cucharas de cocoa, mezclando muy bien.

POSTRE DE REQUESON FRAMBUESAS - Pag. 106 (Foto: E. carche)

SEPTIMA SECCION

*** Helados, bavaroise, budines,
flanes, postres y tartas**

ARCO IRIS DE LECHE EVAPORADA

Ingredientes

- 2 tarros leche evaporada
- 3 paquetes gelatina de frutas diferentes colores
- 1/4 taza agua hirviendo para cada paquete
- 1 taza nueces mortajadas o coco rallado
- 2 cucharas confitos de colores (grageas)

Preparación.- Refrigere la leche evaporada por 1/2 hora, vacíela en un recipiente y divídala en 3 porciones iguales. Bata cada una por separado hasta que espese y con la gelatina disuelta en el agua caliente, por colores diferentes. Bata para que leche y gelatina se adhieran completamente y se distribuya por igual.

Vacíe el 1er. color en un recipiente o pirex de 30 x 25 cms. y póngalo a la freezer por 10 minutos. Bata y prepare el siguiente color, vierta éste encima del primero, déjelos nuevamente, en el freezer otros 10 minutos y al final añada el 3er. color. Empareje con una espátula sumergida en agua y adorne con el coco rallado o con nueces picadas encima. Finalmente espolvoree con confitos en colores. Para servirlo divida el postre en 12 porciones y llévelo a la mesa en platitos de cristal.

CHARLOTE AL MARRASQUINO

Ingredientes

- 1 paquete galletas champagne 1 1/4 tazas de azúcar granulada 4 huevos 1 taza leche 6 hojas colapez 1 taza agua para remojar colapez 1 1/2 litro crema de leche 2 cucharas licor de guinda o ron

Preparación.- En un recipiente bata las yemas con el azúcar hasta que empiecen a blanquear. En una olla ponga a hervir la leche y vierta ésta poco a poco sobre el batido. Vacíe nuevamente a la olla y ponga al fuego hasta que espese (no deje hervir las yemas porque se cortan).

Remoje el colapez en agua fría y para que se disuelva completamente, ponga a "baño María" hasta que se haga líquido. Luego, añádalo a la salsa de yemas, juntamente con el licor. Mezcle muy bien y deje enfriar ligeramente con la olla tapada. Mientras tanto bata la crema y añada 1 taza de ésta al preparado anterior batiendo suavemente. Cubra los bordes del molde y la base con las galletas de champagne. Vierta la preparación en él y lleve al freezer por unas 2 1/2 a 3 horas, hasta que quede cuajado y frío.

Para vaciar en un plato plano con borde, pase el postre por un minuto en un recipiente con agua caliente. Tape con el plato y dé la vuelta de golpe. Decore con la taza de crema batida que quedó y con guindas confitadas. Lleve el postre entero a la mesa y sirva por tajadas. Es postre de cena fina.

HELADO DE VAINILLA

Preparación.- Ponga en un recipiente las yemas con el azúcar, bata mucho y añada la leche. Lleve al fuego suave, siempre batiendo. Retire antes de que hierva porque se corta si se deja hervir. Deje enfriar y añada la vainilla y la crema batida, removiendo muy suavemente con una espátula de madera.

Coloque en un molde al freezer por espacio de 4 a 5 horas.

HELADO DE CREMA

(RECETABASE)

Preparación.- En un recipiente bata las yemas con el azúcar, por unos 2 a 3 minutos. En una cacerola ponga a hervir la leche. Apártela del fuego e incorpore las yemas batidas. Mezcle y ponga nuevamente al fuego hasta que empiece a hervir, remueva y deje enfriar con la cacerola tapada para evitar que salga nata a la superficie.

Cuando esté completamente fría, añada la crema de leche batida y la vainilla, una muy bien los ingredientes y lleve al freezer en un pirex o en las cubetas. Con esta receta base puede hacer infinidad de helados de varios sabores de frutas.

A continuación daré algunas ideas.

HELADO DE CREMA DE CHOCOLATE

Preparación.- Cuando la receta base esté recién sacada del fuego, agregue poco a poco el azúcar con la cocoa. **Deje enfriar y** recién añada la crema batida con vainilla.

Ponga a congelar al freezer en cubetas o en un pirex plano.

HELADO DE CREMA DE COCO

Ingredientes

5 yemas de huevo 4
tazas leche fresca 1
tarro leche evaporada
1/2 taza coco rallado
1 cucharilla vainilla 1
1 ¡2 tazas azúcar
granulada 1 /2 taza
maizena

Preparación.- Ponga en una olla 3 tazas de leche fresca con el tarro de leche evaporada, el coco rallado, la vainilla y el azúcar. Lleve al fuego y deje hervir unos 3 minutos. Disuelva la maizena en una taza de leche y vierta al preparado. Deje cocer unos 3 minutos más a fuego lento, removiendo constantemente, hasta que quede vidrioso. Bata las yemas y únalas al helado. Déjelo solamente unos segundos en el fuego. Antes de que empiece a hervir, apártelo del fuego y vacíelo en cubetas.

Cuando esté frío métalo al freezer. Saque las cubetas cuando empiece a cuajar y remuévalas para que el helado quede cremoso. Póngalo nuevamente al congelador, hasta que quede helado, pero cremoso.

HELADO DE CREMA CON FRUTILLAS

Ingredientes

1 receta base helado
de crema
2 tazas frutillas
lavadas, aplastadas
1 /2 taza azúcar
granulada

Preparación.- Cuando la receta base esté recién sacada del fuego, añádale el azúcar y las frutillas (siempre debe remover después de cada adición). Póngala al fuego unos minutos hasta que hierva. Saque del fuego y cuando esté completamente fría, añada la crema y la vainilla.

Eche la preparación en cubetas o pirex y póngala al freezer hasta que congele. Sirva en copas de champagne, con dos galletas a cada lado.

HELADO DE CREMA CON CHIRIMOYA

Ingredientes

1 receta base de
helado de crema
2 tazas pulpa de
chirimoya
1/2 taza azúcar
granulada

Preparación.- Cuando la receta base esté recién sacada del fuego, añádale el azúcar y la pulpa de chirimoya (siempre debe remover después de cada adición). Ponga al fuego hasta que hierva. Baje del fuego y cuando esté completamente fría añada la crema batida y la vainilla.

Eche la preparación en cubetas o pirex y ponga al freezer hasta que congele. Sirva en copas de champagne, acompañadas con 2 galletas, una a cada lado.

HELADO DE CREMA CON TUMBO

Ingredientes

1 receta base helado
de crema
2 tazas jugo de tumbo
1 /2 taza azúcar
granulada

Preparación.- Cuando la receta base esté recién sacada del fuego, añádale el azúcar y el tumbo (siempre debe remover después de cada adición). Ponga al fuego unos minutos hasta que hierva.

Sáquela del fuego y cuando esté completamente fría, añada la crema batida y la vainilla. Eche la preparación en cubetas o pirex y métala al freezer hasta que se congele. Sirva en copas de champagne con 2 galletas, una a cada lado.

Ingredientes

1 receta base helado
de crema
2 tazas de pulpa de
damasco
1 ¡2 taza azúcar
granulada

HELADO DE CREMA CON DAMASCO

Preparación.- Cuando la receta base esté recién sacada del fuego, añádale el azúcar y la pulpa de damasco (siempre debe remover después de cada adición). Ponga al fuego unos minutos hasta que hierva. Sáquela del fuego y cuando esté completamente fría, añada la crema y vainilla. Eche la preparación en cubetas o pirex y métala al freezer hasta que se congele. Sirva en copas de champagne, con 2 galletas una a cada lado.

Ingredientes masa

100 grs. mantequilla
con sal (1/2 pqte.)
100 gramos galletas o
bizcochos molidos 50
gramos almendras o
nueces molidas 50 grs.
coco rallado 3
cucharas leche
condensada 2
cucharas coñac 50
gramos azúcar
granulada

Ingredientes relleno

1 /2 litro helado de
vainilla
1/2 lt. crema de leche
1/2 taza azúcar molida
cernida 12 guindas al
marrasquino divididas
en 2

PASTEL HELADO RELLENO Y DECORACION

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar hasta que quede cremosa. Agregue las almendras molidas, el coco rallado, las galletas molidas, y la leche condensada, hasta formar una masa suave. Con una parte de la masa preparada forre toda la base de un molde de 24 cms. de diámetro. Parta el helado de vainilla en rodajas y distribuya sobre la superficie de la masa con el dorso de una cuchara, presionando ligeramente. Encima, reparta el saldo de la masa para que penetre en el helado. Congele por espacio de 2 horas.

Antes de servir sáquelo del hielo y decore con la crema batida endulzada con 1/2 taza de azúcar molida cernida, 1 cucharilla de vainilla y las guindas al marrasquino.

Ponga al freezer hasta el momento de servir. Sirva por tajadas en platos de cristal.

HELADO BISCUIT GLACE

Preparación.- En un recipiente de plástico, bata las yemas con batidora eléctrica hasta que estén espumosas y casi blancas, agregue el azúcar molida.

Ingredientes

*6 yemas de huevo 150
gramos azúcar molida
4 claras de huevo 1/2
litro de crema de leche
batida 100 gramos de
azúcar para el jarabe
2 tazas de agua*

Aparte, en una ollita, haga hervir el agua con el azúcar para el jarabe hasta que forme hilo flojo. Esto se conoce al tomar con los dedos un poco de jarabe y al separarlos se estira como un hilo.

Bata las claras a punto nieve. Añádales el jarabe algo tibio, batiendo siempre, para que se incorpore completamente. Mezcle esta preparación con la anterior y adhiera la crema de leche batida.

Vacíe en una cubeta y ponga en el freezer por espacio de 3 horas. Cuando este listo, pase alrededor de la cubeta con un cuchillo, después de sumergirlo en agua caliente y vacíe en un plato o pirex.

Sirva como cassata, por tajadas.

BAVAROISE BASE PARA CUALQUIER FRUTA

Preparación.- Bata las claras a punto nieve. Agregue el azúcar y el jugo de la fruta con la que desea hacer bavaroise. Si es de duraznos al jugo, parta 2 duraznos en pedazos chicos y licúelos en su jugo, hasta que queden como una crema. Eche 1 taza de esta crema a las claras y añada el colapez, disuelto en 1 /2 taza de agua fría, hasta que esté completamente líquido.

Ingredientes

*4 claras 4 hojas
colapez 1 taza jugo de
naranja, durazno al
jugo, Jhitúla o la fruta
que desee
1 1/2 taza agua para
remojor colapez*

En caso de que el colapez estuviera con grumos, ponga a "baño María" para que se disuelva totalmente y recién mezcle con las claras batidas.

Prepare un molde de aro, rociando con un poco de agua fría y vierta en él la preparación. Procure que la mezcla quede pareja en el molde y llévela al refrigerador, por 6 horas más o menos.

Cuando esté listo, vacíe en un plato plano y ponga encima la crema que a continuación detallo:

CREMA PARA BAVAROISE

Ingredientes

4 yemas
2 1/2 tazas leche
Raspadura de cáscara
de un limón 1
cucharilla vainilla 1
cucharilla canela
preparada 3/4 taza
azúcar granulada

Preparación.- Ponga a hervir la leche con la vainilla, el azúcar, la cáscara de limón y la canela. En un recipiente, bata las yemas hasta que queden casi blancas. Retire la leche del fuego y aumente las yemas batidas. Remueva muy bien y nuevamente ponga al fuego. Retírela antes de que hiervan las yemas, porque se cortan al hervir.

Para hacer de otro sabor, como ser de frutillas o guindas, ponga a licuar con 1/2 taza de azúcar y 1/2 taza del jugo de la misma fruta (si es fruta al jugo no necesita cocerla, si es fruta fresca, debe hacer cocer antes de mezclarla).

Adorne encima de la crema, con frutillas y guindas o rallas de duraznos.

BAVAROISE DE LUCUMA O GUAYABA

Ingredientes

5 hojas de colapez
disuelto en 1 taza
agua
1 taza azúcar
granulada
6 lúcumas pasadas
por cedazo o 10
guayabas
4 claras

Preparación.- Bata las claras con el azúcar a punto nieve. Agregue la lúcuma o guayaba pasada por cedazo. Adhiera el colapez completamente disuelto en agua. En caso de que tuviera grumos, disuelva en "baño María".

Mezcle todo muy bien y vacíe en un molde ligeramente mojado con agua fría. Ponga al refrigerador por unas 3 horas más o menos. Cuando esté listo, pase el molde por una fuente honda con agua caliente. Para vaciar, tape con la fuente en que irá el bavaoise y dé la vuelta de golpe.

Ingredientes crema

4 yemas de huevo
ligeramente batidas 3
cucharas extracto de
cajéjuerte 1 cuchara
coñac 1 1/2 tazas
agua 1/2 taza azúcar
granulada 1 cuchara
mantequilla con sal
1 1/2 cucharas
maizena

Cubra con la siguiente :

CREMA

Preparación.- Coloque la maizena disuelta en el agua y el café en una olla pequeña. Aumente el azúcar y las yemas ligeramente batidas. Mezcle muy bien y ponga a cocer a fuego moderado, removiendo constantemente hasta que espese.

Agregue la mantequilla y apague el fuego; tape la olla para que no se forme nata. La crema debe quedar corrediza. En caso de que estuviera muy espesa, aumente un chorrito de agua hervida, remueva y sirva en una salsera.

BAVAROISE DE LECHE CONDENSADA

Ingredientes

1 tarro leche
condensada 4 hojas
colapez 1 ; 2 taza agua
caliente 1 cuchara
buen singani o coñac 4
huevos 6 guindas al
marrasquino

Preparación.- Bata las yemas hasta que queden casi blancas. Añada la leche condensada, el coñac y luego el colapez, completamente disuelto en la 1/2 taza de agua y puesto a "baño María", para que no tenga ningún grumo. Mezcle muy bien y, al final, aumente las claras batidas a punto nieve. Mezcle ligeramente y vacíe en copas champañeras. Adorne con la mitad de una guinda al marrasquino.

Deje en el refrigerador, hasta que sea el momento de servir y pasar a la mesa.

BAVAROISE DE CIRUELAS

Ingredientes

7 claras
3/4 taza azúcar
granulada
1/2 taza agua Jna
cocida
1 cuchara Jugo de
limón
2 cucharas gelatina
royal sin sabor o 6
hojas de colapez
14 ciruelas grandes

Ingredientes salsa

1 tarro leche
evaporada
1/2 taza azúcar
granulada
7 yemas que sobraron
de las claras
1 cucharilla vainilla
1 cucharas coñac

Preparación.- Remoje día antes las ciruelas con agua hervida. Bata las claras a punto nieve. Agregue el azúcar y el jugo de limón, siempre batiendo. Remoje la gelatina o el colapez en agua fría, por 10 minutos. Añada, a la gelatina, el jugo de ciruelas y ponga a "baño María". Mezcle las claras batidas con el jugo, la gelatina disuelta y las ciruelas deshuesadas y picadas. Vacíe en un molde redondo y deje en el refrigerador para que cuaje completamente. Cubra con la siguiente:

SALSA

Preparación.- Bata las yemas hasta que estén blancas y espumosas. En una olla ponga, a fuego lento, la leche evaporada con el azúcar y bata con el batidor de alambre en la misma olla. Cuando esté por hervir, retírela del fuego y añada las yemas, poco a poco, batiendo siempre.

Póngala, nuevamente, al fuego por un momento y siga batiendo hasta que espese y tome la consistencia de crema, pero no la deje hervir, porque se corta el huevo y la crema queda grumosa. Apártela del fuego y añada la vainilla y el coñac. Estos dos ingredientes se ponen al final para que no se evaporen.

BAVAROISE DE FRESAS O DAMASCOS

Ingredientes

- 1 1/2 tazas azúcar granulada
- 1 taza agua para almíbar
- 1 cuchara jugo de limón
- 6 hojas colapez
- 2 tazas fresas licuadas
- 4 claras
- 4 yemas
- 1 cucharilla maizena
- 1 taza leche
- 1/4 taza azúcar para crema

Preparación.- Ponga al fuego una ollita con el azúcar disuelta en el agua, hasta que tome punto de hebra. Bata las claras a punto nieve y vierta sobre éstas, el jarabe en chorlito delgado batiendo constantemente. Luego añada el colapez remojado en una taza de agua fría y disuelto a "baño María", y al final las fresas licuadas.

Mezcle todo muy bien y vierta en un molde de aro ligeramente enmantecado. Ponga al freezer por una hora, hasta que quede cuajado. Después pase el molde por unos segundos, en un recipiente con agua caliente. Cubra el molde con la fuente que llevará a la mesa y vuelque de golpe sobre ésta. Decore con crema hecha con las yemas, la leche y el azúcar. Adorne con fresas enteras.

En la misma forma puede preparar bavaroise de damascos, mandarinas u otras frutas.

Ingredientes

- 1 cajita de gelatina de frambuesa o algún otro sabor
- 1 1/2 tazas de frambuesa u otra fruta
- 1 tarro leche condensada Nestlé 600 gramos de requesón
- 3 cucharas jugo de limón
- 3 cucharas semi-colmadas gelatina sin sabor royal
- 1 taza agua hirviendo y 1 taza agua fría
- 1/4 kilo galletas "Maña" dulces molidas
- 1/8 kilo mantequilla (1/2 taza)

POSTRE DE REQUESON Y FRAMBUESA

Preparación.- Disuelva en un recipiente la gelatina con la taza de agua caliente y añada la taza de agua fría. Mezcle bien y vacíe la mitad en un molde de aro para queque. Deje en el refrigerador hasta que comience a cuajar. Decore con las frambuesas o frutillas sobre la gelatina y vierta sobre éstas el resto de gelatina. Nuevamente ponga en el refrigerador hasta que quede completamente cuajado.

Mezcle el requesón con 3/4 tarro de leche condensada Nestlé y el jugo de limón. Añada la gelatina sin sabor disuelta en 1/2 taza de agua caliente. Mezcle muy bien todo y vierta sobre la gelatina cuajada, oprima con la cuchara y empareje. Muela las galletas, agréguelas a la mantequilla ablandada y al resto de la leche condensada. Cubra con esto la pasta de requesón. Llévela al refrigerador por unas 3 horas, hasta que cuaje muy bien.

Para desmoldar sumerja el molde, unos segundos, en agua caliente. Tape con un plato plano y vuelque el pastel sobre él. Sirva frío, en rebanadas, en platos de cristal.

FUDGE DE CHOCOLATE

Ingredientes

1 tarro leche
condensada Nestlé
1 tarro leche
evaporada
6 cucharas cocoa en
polvo
2 cucharas
mantequilla
1 cuchara coñac

COBERTURA DE TORTA

Preparación.- En una ollita ponga la leche condensada y 1/2 tarro de la leche evaporada. En el otro 1/2 tarro, disuelva la cocoa cernida y mezcle ambas preparaciones.

Haga hervir a fuego lento por 20 a 30 minutos. Retire del fuego, añada la mantequilla y el coñac.

Cubra el pastel cuando aún se encuentra caliente.

FLAN DE NUECES RECETABASE

Ingredientes

1 litro de leche
8 huevos
250 gramos azúcar
granulada para
crema 1 raja canela
250 gramos nueces
peladas y
mortajadas 250
gramos azúcar
granulada para
caramelo

Preparación.- Prepare el caramelo poniendo el azúcar, al fuego, en una sartén hasta que se disuelva completamente. Debe remover todo el tiempo para que no se queme. Esparza este líquido sobre una budinera, ladeando de un lado a otro, para que el caramelo corra y quede impregnado por todo el molde.

En otra cacerola ponga la leche, las nueces, el azúcar y la canela. Deje hervir unos 5 minutos. Saque la canela y aparte la leche del fuego. A esto agregue los huevos, ligeramente batidos, revolviendo apenas para que se junten los ingredientes.

Vierta la preparación en el molde acaramelado y lleve al horno, a "baño María", sobre una charola con agua, por 1 hora más o menos.

Saque del horno y deje que enfrie completamente. Recién entonces pase los alrededores con un cuchillo de punta. Al momento de servir, tape con la fuente en que vaciará el flan; esta fuente debe ser con borde para que no resbale el jugo. Mantenga el flan en el refrigerador.

Este flan se puede variar con chocolate o extracto de café.

FLAN CASERO DE LECHE

Ingredientes

5 huevos
1 cucharilla vainilla
2 tazas de leche
3/4 taza azúcar
granulada 1
¡2 taza azúcar
molida

Preparación.- En una cacerolita ponga a hervir la leche con el azúcar molida y la vainilla, saque del fuego y añada los huevos ligeramente batidos.

En una sartén haga un caramelo con el azúcar granulada, vacíe sobre toda la base de un molde de budín, ladeando éste de un lado a otro para que se esparza parejo. Luego vierta la preparación encima del caramelo, tape el molde y ponga al homo templado a "baño María", hasta que cuaje completamente, más o menos durante 30 a 35 minutos.

Cuando esté cuajado, déjelo enfriar en el mismo molde, hasta el momento de servir.

Para llevarlo a la mesa, cúbralo con una fuente plana con borde y vuélquelo sobre ésta de golpe, habiendo pasado antes un cuchillo de punta por los contornos, para que se vacíe entero.

FLAN DE CHIRIMOYA

Ingredientes

4 tazas leche
8 huevos
1 taza azúcar
granulada para
caramelo
1 taza azúcar para
Flan
2 chirimoyas licuadas
(2 1/2 tazas)
1/4 cucharilla sal
molida
1 raja canela

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir la leche con el azúcar y la canela. Deje enfriar y mezcle con los huevos batidos ligeramente con la chirimoya licuada y estrujada.

Vierta en un molde de flan, previamente acaramelado, tápelo y lleve al homo caliente sobre una charola con agua en la base. Déjelo por espacio de 30 a 35 mins. Apague el homo y haga que repose unos 10 minutos más.

Déjelo enfriar completamente en el molde, destape y cúbralo con una fuente plana con borde y vuélquelo de golpe. Manténgalo en el refrigerador hasta el momento de servir.

Córtelo en tajadas y sirva en platos de cristal. Cubra encima con el jugo que queda en la base. Es un plato fino para una cena o buffet.

FLAN DE LECHE CONDENSADA

RECETABASE

Ingredientes

- 1 tarro leche condensada Nestlé
- 2 1/2 tazas agua caliente
- 4 huevos ligeramente batidos
- 1 cucharilla vainilla
- 3/4 taza azúcar granulada para caramelo

Preparación.- En un recipiente mezcle la leche condensada con el agua caliente. Añada, poco a poco, los huevos batidos y la vainilla.

Derrita en una sartén el azúcar granulada hasta que quede líquida. Viértala en el molde de flan, ladeando de un lado a otro, para que se esparza por igual en toda la base. Vacíe la mezcla sobre el molde acaramelado. Ponga a "baño María" y lleve a fuego moderado 40 minutos más o menos; deje en el horno hasta que se enfríe. Cuando esté completamente frío, tape el molde con un plato con borde y vuelque de golpe sobre el mismo. Déje el flan en el refrigerador hasta el momento de servir. Con esta misma receta puede variar el gusto, poniendo 1 1/2 tazas de café, en vez de la taza y media de agua. Puede obtener otra variación añadiendo a la mezcla: 1/2 taza de nueces masticadas o 1/2 taza de almendras ligeramente tostadas y masticadas.

BUDIN DE SEMOLA Y LECHE CONDENSADA NESTLE

Ingredientes

- 1 /2 taza azúcar granulada para caramelo
- 1 tarro leche condensada
- 1 cucharilla vainilla
- 1 cucharilla coñac
- 2 1/2 tazas agua
- 1 /2 taza sémola
- 1 /2 taza pasas sin pepa y remojadas
- 1 pizca sal
- 1 cucharilla mantequilla
- 1 taza miel de caña
- 4 huevos enteros

Preparación.- En una sartén derrita el azúcar, a fuego moderado, hasta que tome color rubio. Con este caramelo bañe el interior de un molde para budín.

Ponga al fuego una cacerolita con el agua, la leche condensada y la vainilla. Cuando empiece a hervir, agregue la sémola en forma de lluvia. Cocine 8 a 10 minutos removiendo siempre. Añada las pasas remojadas y el coñac. Deje enfriar y agregue los huevos ligeramente batidos. Vacíe el contenido en el molde con caramelo. Deje enfriar completamente y desmolde en un plato con borde. Deje en el refrigerador hasta el momento de servir.

Para servir corte en tajadas y ponga encima 1 cucharada de miel de caña.

BUDIN DE PAN MOLIDO I

Ingredientes

1 1/2 tarros leche
condensarla Nestlé
3 1/4 tazas agua
2 tazas pan rallado 50
gramos mantequilla con
sal
4 huevos enteros

1 cucharilla vainilla 1 1/2
taza pasas sin pepa
1 cuchara ralladura de
cáscara de limón
o naranja 1 taza
azúcar granulada para
el caramelo

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir el agua, la leche y la mantequilla.

Saque del fuego y cuando aún esté caliente aumente, el pan rallado poco a poco removiendo constantemente. Luego añada la cáscara de limón o de naranja, las pasas y la vainilla.

Cuando esté todo unido, añada los huevos batidos ligeramente y mezcle otra vez. En una sartén prepare el caramelo con el azúcar granulada. Cuando esté listo, vacíe en un molde de flan agregando sobre él, la preparación anterior.

Ponga a "baño María" en homo, a una temperatura de 200 grados, por espacio de 3/4 de hora, hasta que quede compacto. Deje en el homo hasta que enfríe.

Ingredientes

1 /2 kilo pan molido
250 gramos azúcar
granulada
100 gramos pasas de
uvas sin pepa
100 gramos nueces
picadas 100 gramos
mantequilla con sal 2
cucharas harina blanca
1 cucharilla canela

preparada
Raspadura de la
cáscara de 1 limón
2 copitas coñac (4
cucharas)
7 huevos

Vacíe cuando esté frío.

Preparación.- Remoje la miga en la leche. Bata los huevos ligeramente con el azúcar y agréguele la miga, las nueces, las pasas, la mantequilla, el coñac y la harina. Mezcle todo muy bien.

En una sartén prepare el caramelo con el azúcar granulada y vacíe en un molde. Agregue después el preparado anterior.

Ponga al homo a 200 grados durante 1 hora.

Cuando enfríe, vacíe con cuidado en un plato redondo, plano y con borde.
1 tarro leche evaporada
1 taza azúcar granul.

BUDIN DE PAN H

DURAZNOS EN GELATINA

Ingredientes

1 tarro duraznos al jugo
6 yemas de huevo
1 paquete gelatina de duraznos
1 paquete gelatina de grosella
1 taza azúcar granulada
1 / 2 litro crema de leche
1 / 2 taza azúcar molida cernida

Preparación.- Bata las yemas con el azúcar hasta obtener una crema esponjosa y casi blanca. En otro recipiente, disuelva la gelatina en 2 tazas de jugo de durazno. En caso que falte líquido, agregue agua hasta completar lo necesario.

En un molde, ligeramente mojado con agua fría, vierta 1/2 taza de gelatina, espárzala por toda la base y póngala al freezer para que congele.

Decore estéticamente con duraznos, porque al vaciar el postre, la base quedará encima. Añada la gelatina sobrante a las yemas batidas. Mezcle con la crema de leche, previamente batida con el azúcar molida y los duraznos restantes picados en tiras. Eche sobre los duraznos el resto de gelatina. Ponga al freezer por unas 2 horas. Para vaciar, sumeija el molde en agua caliente por unos segundos, cubra con un plato con borde y vacíe de golpe. Déjelo en el refrigerador hasta el momento de servir.

POSTRE DE MANZANAS Y CAMOTES

Ingredientes

1 1 / 4 kilos camote 1 kilo manzanas 250 gramos azúcar granulada (2 tazas) 200 gramos mantequilla con sal (1 paquete)
1 cuchara canela preparada
1 taza nueces peladas y picadas 1/2 taza agua

Preparación.- Pele los camotes y las manzanas. Córtelos en rodajas finas. Enmantequille la base de un molde delgado de homo, ponga una capa de camote, espolvoree con 2 1/2 cucharas de azúcar, canela y 1/3 taza nueces y pedacitos de mantequilla. Luego coloque una capa de manzanas. En igual forma cubra con azúcar, canela, nueces y pedazos de mantequilla. Alteme así hasta terminar los ingredientes, poniendo pedazos de mantequilla.

Al final aumente 1/2 taza de agua. Ponga al homo a temperatura regular, por 40 minutos más o menos, hasta que haya cocido.

Una vez listo desmolde en una fuente plana con un poco de borde, deje enfriar y sirva en tajadas.

COPA RUSA

Ingredientes

*1 paquete galletas de
champagne 1 / 2 litro
crema de leche
1 ; 2 cucharilla vainilla
1 tarro de fruta al jugo,
(durazno o guinda)
1 ; 2 taza coñac 1 / 2
taza azúcar molida*

Preparación.- Escurra el jugo de la fruta y aumente un poco de agua hasta completar, con el coñac, 2 tazas. Sumerja en él, las galletas de 2 en 2 y coloque en el fondo de copas de champagne. Pique los duraznos en gajos y ponga a cada copa, 2 cucharas de cualquiera de las frutas.

Al final cubra con la crema de leche batida con el azúcar molida y la vainilla. Adorne la parte superior con 1 gajo de durazno o 1 guinda.

Ponga al refrigerador hasta el momento de servir. Aconsejo este postre para una cena fina.

ARROZ CON LECHE "CRISTAL"

Ingredientes

*1 taza arroz
2 tazas de
agua 1 litro
leche
1 cucharilla vainilla
1 cuchara
mantecquilla con sal
1 cuchara cciscara
rallada de limón 6
hojas de colapez 1
taza de agua fría 1
taza de agua hirviendo
1 taza azúcar
granulada
1 taza jugo de naranja
o mandarina*

Preparación.- Lave el arroz y escúrralo. Póngalo a cocer en 2 tazas de agua hasta que seque; luego añada la leche hirviendo, la vainilla y las 3 cucharas de azúcar. Aumente la cáscara de limón y la mantecquilla. Al inicio cocine a fuego fuerte y luego, a fuego lento hasta que los granos estén blandos.

Aparte remoje el colapez en agua fría, luego añada el agua hirviendo, cuando esté completamente disuelto, agregue el jugo de naranja o mandarina endulzado con el azúcar. Vacíe en un molde mojado, llenándolo hasta la mitad.

Ponga el molde al freezer para que cuaje. Cuando esté congelado a medias, vierta el arroz removiendo y presionando para que quede compacto con la gelatina. Nuevamente déjelo en el freezer para que se una con el arroz. Sirva en tajadas.

ARROZ CON LECHE CONDENSADA

Ingredientes

2 tazas arroz de grano largo
1 litro leche
1 litro agua
1 raja canela
1 /2 taza azúcar granulada
1 tarro leche condensada
2 cucharas mantequilla con sal

Preparación.- Ponga al fuego una cacerola con el agua y la canela. Cuando empiece a hervir añada el arroz de golpe. Deje cocer hasta que se consuma el líquido y recién entonces aumente la leche condensada, el azúcar, la mantequilla y el litro de leche. Mezcle muy bien y deje cocer hasta que queden los granos suaves, manteniendo algo de jugo. Sirva caliente o frío, como postre.

Para hacer el arroz con manzanas, ponga 1 taza de manzanas ácidas, peladas y picadas en rodajas finas, al momento de aumentar la leche, la mantequilla y el azúcar. Para hacerlo con nueces, añada una taza de nueces picadas, cuando el arroz esté listo. Mezcle y sirva inmediatamente para evitar que se oscurezca el arroz al contacto de las nueces.

LECHE NEVADA I

(Para 10 porciones)

Ingredientes

1 1/2 litros leche Jresca
1 taza azúcar granulada
3 rajas canela 7 huevos
2 cucharas maizena
3/4 tazas de agua

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir la leche con 1/2 taza de azúcar y la canela. Bata las claras a punto nieve y agregue la otra media taza de azúcar. Cuando la leche esté hirviendo, póngale a cucharadas la clara hecha merengue. Deje dar un hervor y luego con una espumadera, de la vuelta para que cueza del otro lado.

Saque de la leche los copos de clara con una espumadera, póngalos en una fuente. Adhiera la maizena, disuelta en el agua junto con la crema y remueva. Deje cocer 5 minutos. Apártela del fuego y añada las yemas muy batidas. Mézclelas y llévelas, por unos minutos, nuevamente al fuego. Deje que se espese sin que hierva.

Una vez lista la salsa, viértala en la base de la fuente de los copos, moviendo con cuidado la fuente de un lado a otro.

Para hacer leche asada, proceda igual que en la receta anterior y cuando esté lista, ponga a gratinar el merengue en el horno a 250 grados. Haga enfriar y sirva en platitos de postre.

LECHE NEVADA II

5 huevos

Ingredientes

1 cucharita cáscara de
limón (rallada)
1 cucharita cáscara de
naranja (rallada)
1 cucharilla canela
molida
1 /2 taza coñac 1 ;2
litro leche 1 /2 taza
azúcar granulada
1 paquete galletas de
champagne

Preparación.- Ponga 2 cucharas de azúcar a las yemas, las cáscaras ralladas y el licor. Deje cocer a "baño María" por unos 3 minutos. Mezcle bien. Bata las claras a punto nieve. Ponga a hervir la leche con el saldo del azúcar. Cuando esté hirviendo, eche las claras batidas por cucharadas y deje dar un hervor. Con una espumadera retire con cuidado los copos de la clara y colóquelos sobre un recipiente plano.

En una fuente con borde vacíe la mezcla de yemas. Encima ponga una capa de galletas y cubra con la leche en la que hirvieron los copos. Con una espátula ponga las claras, con mucho cuidado sobre el postre y espolvoree con canela molida.

Sirva en platos de cristal o compoteritas.

TARTA DE REQUESON CON GUINDAS

Ingredientes

1 1/4 tazas harina
1 yema
1 /2 taza miel de caña
1 ;2 taza mantequilla
con sal
1 /2 taza coco rallado
1/2 taza nueces
picadas

Ingredientes relleno

1 taza harina
1/2 kilo requesón (500
gramos)
1 taza azúcar
granulada
2 huevos
1 cucharilla vainilla

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes hasta que tomen la apariencia de migas pegajosas. Con esta masa forre la base y los contornos de un pirex redondo plano.

Póngalo a horno regular por 10 a 12 minutos, "hasta que quede ligeramente dorado.

RELLENO

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes en la licuadora y viértalos sobre la masa caliente. Ponga nuevamente al horno hasta que la crema quede compacta.

Adorne con crema de leche batida, con azúcar al gusto y guindas o frutillas al jugo. Sirva en triángulos. Dé 8

TARTA (MASA BASE) I

porciones.

Ingredientes

RELLENO PARA TARTA "CUATRO COLORES"

Ingredientes

1 paquete de
mantequilla con sal
(200 gramos)
2 1/2 tazas harina
blanca cernida
2 tazas maizena
2 huevos enteros 1
4 taza agua fría
3 cucharillas royal 1
2 cucharilla sal
molidas
1 1/2 tazas azúcar

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, hasta que el batido quede cremoso. Agregue los huevos, uno por uno, batiendo siempre después de cada adición.

Aparte cierna la harina, el royal y maizena. Mezcle con el batido de mantequilla y huevos, amasando ligeramente con las manos, al final eche el agua fría. Debe quedar una masa suave. Deje reposar en el refrigerador por espacio de 1 hora.

Unte con mantequilla toda la superficie de la lata de homo. Cuando la masa esté refrigerada, tome pedazos no muy grandes y estírelos a 1 cm. de espesor sobre una mesa previamente pasada con maizena. Forre con ellos la lata o latas que se llevará al horno.

Algunos pies o tartas son cubiertos, completamente, con otra masa encima. Otros con tiras de 1/2 cm. de ancho, cruzadas en forma de cestitos sobre el relleno. Algunos llevan el decorado solamente con crema, gelatina o merengue.

En cada oportunidad indicaré la manera en que se debe proceder.

TARTA (MASA BASE) II

Ingredientes masa

2 tazas harina blanca
cernida
1 2 taza azúcar
granulada
1 2 taza mantequilla
o margarina
2 huevos enteros 1/2
cucharilla sal en
polvo
2 cucharillas polvo
royal

Preparación masa.- En un recipiente bata la mantequilla o la margarina con el azúcar y la sal, hasta que quede cremosa. Agregue los huevos ligeramente batidos. Añada la harina cernida con el royal. Mezcle todo, formando una masa suave que se la trabaje con las manos.

Estire la masa sobre una mesa enharinada hasta que tenga 1/2 cm. de espesor. Con ella, cubra el molde de tarta previamente enmantecado. Con un tenedor, pinche la base del molde, cubierto con la masa. Introduzca al horno a temperatura de 250 grados, por 15 minutos más o menos, hasta que esté ligeramente dorada.

TARTA (MASA BASE) I

- 1 1/2 tarro duraznos al jugo
- Ingredientes**
- 3/4 litro leche (3 tazas)
- 1 paquete budín de vainilla royal
- 1 paquete gelatina roja royal, (cualquier sabor)
- 1 paquete Flan de caramelo Royal
- 1 cuchara coñac
- 3 1/2 cucharas azúcar granulada
- 1 1/4 litro crema de leche
- 1 taza agua caliente y 1 taza agua fría, (ambas hervidas)
- 1 1/4 taza azúcar molida
- 1 cucharilla vainilla

Preparación.- Una vez cocida la masa, vacíela sobre una fuente redonda con borde. Cúbrala con los duraznos picados en gajos. En una cacerola, ponga al fuego 1 taza de leche y cuando empiece a hervir, añada el paquete de budín disuelto en 1 taza de jugo de duraznos; agregue el coñac. Remueva constantemente hasta que espese la crema y viértala sobre los duraznos picados. Deje enfriar y ponga al refrigerador por unos 15 minutos.

Prepare el paquete de flan de la siguiente manera: en una cacerola ponga a hervir 1 taza de leche y disuelva el contenido del paquete de flan en otra taza de leche. Agregue, sobre la leche hirviendo, el flan completamente disuelto, disminuya el fuego y deje cocer unos 2 minutos removiendo constantemente con una cuchara de palo, hasta que espese.

Encima del budín vierta el flan. Espárzalo con cuidado para que quede parejo. Deje enfriar y ponga nuevamente al refrigerador por 15 minutos. En un recipiente eche todo el paquete de gelatina, disuélvalo primero en 1 taza de agua hirviendo y cuando esté completamente líquido, añada la otra taza de agua hervida fría. Mezcle y deje enfriar en el refrigerador hasta que empiece a cuajar. Con esta gelatina cubra la preparación anterior y ponga nuevamente al refrigerador, hasta que cuaje completamente y quede compacta. Bata la crema de leche con batidora eléctrica y cuando esté por espesar, añada el azúcar molida y la vainilla. Decore la tarta con la crema, haciendo arabescos con una manga de boquilla rizada. No tiene necesidad de poner al horno, déjela en el refrigerador hasta llevar a la mesa.

En esta misma receta se puede reemplazar la decoración con esta otra: cubra la crema de duraznos con 3 claras batidas a punto nieve con 1/2 taza de azúcar molida, 1 cucharilla de jugo de limón y 1/2 cucharilla del polvo royal. Después de poner este merengue, la tarta debe cocer en horno caliente unos 3 minutos hasta que se dore ligeramente. En este caso, no vacíe la masa en otra fuente, déjela en la charola de tarta hasta servir. Para poner estas tartas al horno, se las prepara en un pirex redondo y se las lleva enteras a la mesa.

RELLENO DE TARTA DE MANZANA

Ingredientes

1 1/2 kilos masa base
para tarta 6 manzanas
ácidas peladas y
ralladas Jiñas
1 taza de agua 1 taza
azúcar granulada 1 / 2
taza nueces
mortajadas 1 / 2 taza
pasas sin pepa
1 cuchara mantequilla
para untar molde

Preparación.- Haga cocer las manzanas con el azúcar y el agua, hasta que estén suaves, más o menos 15 minutos; mezcle con las nueces y pasas. Vierta el preparado en un molde enmantecado, cubierto con la mitad de la masa, estirada a 1/2 cm de espesor. Distribuya en forma pareja y cubra con la otra mitad de la masa.

Pinche con un tenedor toda la superficie de la tarta, para que no se infle antes de cocer, y unte con el huevo ligeramente batido, por encima de la tarta de manzana. Haga cocer en horno a temperatura media, por espacio de 35 a 40 minutos.

TARTA DE PIÑA

Preparación masa.- En un recipiente cierna la harina con el polvo de hornear y añada la mantequilla, el azúcar y las yemas. Forme una masa suave.

En caso de que quede muy seca, añada una o dos cucharadas de agua fría. Déje reposar en un recipiente con la tapa puesta, durante 1/2 hora, en un lugar fresco. Luego estire la masa a 1/2 cm. de espesor y forre con ella un molde de tarta, previamente enmantecado. Pinche la base con un tenedor y haga cocer en horno a temperatura media, por espacio de 20 a 25 minutos.

Preparación relleno.- Disuelva la gelatina en 3 cucharas de jugo de piña. Bata las yemas con 1/4 taza de azúcar, añádales el resto del jugo de piña y haga cocer a baño María, revolviendo continuamente hasta que espese. Retire del baño María y agregue la gelatina disuelta, batiendo hasta que quede muy bien incorporada. Cuando esté fría, añada las claras batidas a punto nieve, a las que debe agregar la 1/4 taza de azúcar restante.

Rellene la tarta y póngala en el freezer, hasta que esté firme. Adórnela con las rodajas de piña y las guindas al marrasquino al centro.

Ingredientes masa

200 gramos harina
100 gramos
mantequilla o
manteca Karina
50 gramos azúcar
2 yemas de huevo
1 cucharilla polvo de
hornear
1/2 cucharilla sal
molida

Ingredientes relleno

1 cucharada de
gelatina de piña
1 lata piña al natural
3 huevos
1 1/2 taza azúcar
granulada
1 taza jugo de piña
6 guindas al
marrasquino

TARTA DE QUESO CON CREMA CHANTILLY

Ingredientes masa

3 tazas de harina
blanca
4 cucharas azúcar
2 cucharas ralladura
de cáscara de limón
200 gramos
mantequilla con sal
4 huevos

Ingredientes crema

2 libras requesón
1 1/2 tazas de azúcar
granulada
1 libra frutillas frescas
6 huevos
1 tarro mermelada de
frutilla
2 cucharillas, ralladura
de cáscara de limón

Ingredientes

500 gramos requesón
1 1/2 taza
maizena 1/2 taza
azúcar en
polvo
3/4 taza azúcar
granulada 4 yemas de
huevo 4 claras
2 cucharas ron oscuro
o coñac
1 cucharilla esencia
vainilla
1 cuchara cáscara
rallada de limón 1
naranja 1 mandarina

TARTA DE QUESO CON FRUTILLAS (GIN)

Preparación.- Cierna la harina y mézclela con el azúcar y la mantequilla, frotando con las palmas de las manos hasta formar migas. Añada los huevos y la cáscara rallada de limón, formando una masa quebradiza. Unte con mantequilla un molde de aro y cubra con la masa todo el contorno y la base del molde, presionando con los dedos. Lleve al horno por 10 minutos, hasta que se dore ligeramente.

CREMA PARA RELLENO

Preparación.- Bata el requesón con el azúcar y los huevos hasta que quede como crema. Añada la cáscara de limón. Vierta en el molde con masa y hornee 35 minutos más o menos hasta que esté cuajada. Sáquela y espere que enfríe, luego adome toda la superficie con frutillas frescas. Caliente la mermelada de frutilla y viértala sobre las frutillas. Enfríe la tarta en el refrigerador, hasta el momento de servir.

En esta misma tarta puede sustituirse las frutillas con guindas al jugo, duraznos, albarillos, moras, etc. y puede cubrirla con gelatina de color en vez de mermelada.

GRATINADO DE NARANJA Y MANDARINA CON REQUESON

Preparación.- Mezcle el requesón, la maizena, las yemas de huevo, el ron, la vainilla y la cáscara de limón. Bata las claras a punto nieve; añada, poco a poco, el azúcar granulada, batiendo hasta que la mezcla se ponga compacta. Al final, aumente las claras al preparado inicial y mezcle nuevamente. Ponga la preparación en un molde no muy profundo e inserte gajos de mandarina y naranja, sin pepas ni ollejos. Introduzca al horno a 200 grados, durante 20 a 25 minutos. Sirva en tajadas triangulares, espolvoreadas con azúcar molida o jarabe de mandarina o naranja.

El jarabe de mandarina o naranja se prepara de la siguiente manera: ponga en una cacerolita 1 taza de jugo de naranja o mandarina, agregue 1/2 taza de azúcar granulada y lleve al fuego, para que hierva, 15 a 20 minutos. Cubra con este almíbar las tajadas del gratinado.

1 taza de "com flakes"
1 taza azúcar gramil.
1 yema de huevo 1/2

Ingredientes
cuchara canela
preparada
3 cucharas
mantequilla
derretida

Ingredientes relleno

2 libras requesón sin
sal
4 huevos
1/4 taza harina 1/2
taza crema sin batir
1 cuchara jugo de
limón
1 cuchara vainilla

Ingredientes masa

1/2 kilo galletas María
1/2 taza azúcar
1/2 taza mantequilla
con sal
1/4 taza agua fría

Ingredientes relleno

1/2 kilo requesón o
ricota
2 cucharas mantequilla
con sal
3/4 taza azúcar molida
cernida
2 huevos
2 cucharas harina
blanca cernida o 2
cucharas maizena
3/4 taza leche
2 cucharas jugo de
limón
1 cuchara cáscara de
limón rallada

Preparación masa- Mezcle el "com flakes" con la mantequilla, la yema de huevo y la canela molida. Con la masa cubra un molde de tarta, presionando con los dedos todo el contomo y la base. Aparte, pase el requesón por un cedazo de alambre. Luego, en una batidora eléctrica eche los huevos uno por uno, el azúcar granulada, la crema de leche, la vainilla; el requesón y al final el jugo de limón; bata hasta que quede una crema muy suave.

Vierta esta crema en el molde preparado con la masa. Ponga a cocer en homo moderado, (200 grados) por espacio de 3/4 de hora. Después de este tiempo déjelo en el homo apagado por 1 hora más o menos, hasta que esté completamente compacto. Deje enfriar y decore con guindas al jugo o mermelada de alguna fruta, mezclada con 1/2 paquete de gelatina del mismo sabor de la mermelada. Eche sobre la tarta y ponga al refrigerador hasta que cuaje la gelatina. Sirva frío como postre de una cena.

TARTA DE REQUESON

Preparación.- Muela las galletas y reserve 1/2 taza para espolvorear. Con el resto, mezcle el azúcar molida y cernida y la mantequilla, frotando con las palmas de las manos hasta formar migas; añada el agua. Coloque estas migas en un molde de tarta enmantequillado, presionando el molde con las yemas de los dedos.

Preparación relleno.- Ponga en la licuadora todos los ingredientes, menos los huevos. Mezcle muy bien y, al final, agregue los huevos batidos ligeramente.

Vacíe esta mezcla encima de la masa de galletas, espolvorée por encima la cantidad de galletas molidas que reservó y ponga a homo caliente por 1/2 hora. Sirva frío.

TARTA DE LIMON O NARANJA

Ingredientes

1 1/2 tazas harina
blanca
1/2 taza leche
3 cucharas azúcar
molida
1 1/2 taza maizena
3 1/2 cucharas
mantequilla con sal
1 huevo entero

Preparación.- En un recipiente ponga la harina cernida con la maizena. Añádale mantequilla y frote con las palmas de las manos hasta formar migas. Incorpore a la leche el huevo y el azúcar mezclando muy bien. Vierta este preparado sobre las migas de harina, amase formando una masa suave y déjela reposar 1/2 hora, en lugar fresco.

Enmanteque 2 moldes de tarta y forre con la mitad de la masa cada uno, poniendo una capa muy delgada y pinchando con un tenedor toda la superficie. Haga cocer en horno caliente, hasta que se vea que los extremos estén dorados. Cubra cada masa con los rellenos que doy a continuación:

RELLENO DE NARANJA

Ingredientes

4 yemas de huevo
1 taza jugo de naranja
1 tarro leche condensada
4 claras para el
merengue
1/2 taza azúcar molida,
cernida para el merengue
1/2 cucharilla ácido acético
para el merengue

Preparación.- Mezcle la leche condensada con las yemas y el jugo de naranja. Vierta esta preparación en el molde con la masa de tarta cocida. Cúbrala con el merengue hecho de las 4 claras batidas a punto nieve, el azúcar molida, cernida y el ácido acético.

Ponga a horno caliente por 5 minutos, apague y deje en el horno unos 10 minutos más, hasta que el merengue quede firme.

RELLENO DE LIMON

Ingredientes

1 tarro leche
condensada
3/4 taza jugo de
limón
3 cucharas azúcar
molida
4 yemas de huevo

Preparación.- Para rellenar con limón, mezcle muy bien 1 tarro de leche condensada con 3/4 taza jugo de limón, 3 cucharas azúcar molida cernida y 4 yemas de huevo. Vierta esta crema sobre el molde de masa cocida y cubra, con el merengue.

Haga cocer en el horno por 5 minutos, luego deje 10 minutos en horno apagado para que tenga consistencia.

Ingredientes masa

150 gramos harina
blanca (2 tazas)
100 gramos
mantequilla con sal
2 cucharas azúcar
granulada
3 cucharas agua fría

Ingredientes relleno

1 1/2 tazas leche
1/2 kilo uvas negras y
rosadas para
decorar
1 cucharilla vainilla
1/2 taza maizena
disuelta en 1 taza
agua
1/2 litro crema de
leche batida con 1/2
taza de azúcar
molida
1 taza azúcar
granulada

Ingredientes masa

1 1/4 kilos masa base
para forrar el molde

Ingredientes relleno

1/2 litro de leche 1/2
taza de maizena 1/2
taza azúcar granulada
1 copita coñac 1
cucharilla vainilla 1/2
tarro duraznos al jugo
50 grs. mantequilla con
sal
1/4 lt. crema de leche
1/4 taza azúcar en
polvo

TARTA DE NARANJA O MANDARINA

Preparación.- Mezcle, frotando con la palma de las manos, la mantequilla con el azúcar y la harina, hasta formar migas. Añada el agua hasta formar una masa seca y quebradiza. Tome pedazos de masa y cubra un molde para tarta, previamente enmantecado. Con un tenedor pinche la base y ponga al horno a 300 grados, hasta que se dore ligeramente.

RELLENO CREMA

Preparación.- En una ollita ponga al fuego la leche con el azúcar y la vainilla hasta que hierva, agregue la maizena disuelta en una taza de agua. Remueva por 5 minutos hasta que espese.

Vierta esta crema sobre la masa de tarta. Deje enfriar y cubra con la crema batida y endulzada con el azúcar en polvo.

Adorne con las uvas en grano, muy lavadas y secadas con un secador, intercalando una uva rosada y otra negra. Sirvala fría, cortando en triángulos.

TARTA DE DURAZNO AL JUGO O CEREZAS

Preparación.- Ponga a hervir la leche con el azúcar granulada y la mantequilla. Agregúele la maizena disuelta en el jugo de duraznos. Haga cocer por 10 minutos, hasta que la crema quede brillante y espesa, removiendo constantemente.

Vierta esta preparación sobre la masa base cocida, coloque encima los duraznos cortados en gajos delgados.

Decore con la crema de leche batida, endulzada con el azúcar y la copita de coñac. Antes de servir ponga al refrigerador por 1 hora más o menos.

Para servir corte en 8 triángulos y sirva en platos de cristal.

Ingredientes masa

100 grs. mantequilla
con sal
1/3 taza azúcar
granulada
1 huevo
2 tazas harina cernida
1 cucharilla colmada
royal
2 cucharas jugo de
naranja o
mandarina

Ingredientes relleno

1 tarro leche
condensada
1 /2 taza jugo de
naranja o
mandarina
1 /2 taza jugo de
limón
2 cucharas ralladura
de cáscara de
naranja o
mandarina
2 huevos
2 cucharas azúcar
granulada

Ingredientes

2 tarros leche
condensada
4 claras de huevo
1 cucharilla ácido
acético
4 yemas
1 1/2 taza azúcar
molida para el
merengue
3 cucharas Jugo de
limón
1 1/2 kilos masa de
tarta

TARTA DE UVAS

Preparación masa.- Bata la mantequilla con el azúcar, el huevo entero y el jugo de naranja; añada la harina cernida y el royal. Forme una masa suave. Déjela reposar por unos minutos en lugar fresco. Cubra con la masa un molde para tarta enmantecado, presionando con los dedos. Pinche todo el pastel con un tenedor. Póngalo a homo moderado para que cueza 15 a 20 minutos hasta que dore.

RELLENO

Preparación.- Mezcle la leche condensada con los jugos de naranja o mandarina y de limón, la ralladura de naranja o mandarina y las yemas. Vacíe sobre la masa cocida. Bata las claras a punto nieve y añada el azúcar granulada. Bata un poco más, hasta que se disuelva completamente el azúcar.

Cubra la tarta con el merengue y lleve a homo caliente unos 5 a 6 minutos, hasta que dore ligeramente. Sirva frío para el té.

TARTA DE LIMON I

Preparación.- Mezcle la leche condensada con el jugo de limón y las yemas. Enmantequille un molde para tarta. Fórralo con la masa estirada a 1 cm. de grosor. Vierta sobre esta masa el preparado de leche y yemas.

Lleve al homo hasta que cuaje el relleno y cueza la masa. Saque del homo. Bata las claras a punto nieve. Agregue el azúcar y el ácido acético. Con ese merengue, decore la superficie de la tarta. Lleve un momento más al homo para que dore el merengue.

Se sirve frío cortado en triángulos.

RELLENO DE LECHE CONDENSADA Y PLATANOS

GUINEOS PARA TARTA (Otra receta)

Ingredientes

1 tarro leche
condensada
2 cucharas jugo de
limón
4 plátanos guineos
machucados 1 1/2
taza nueces
mortajadas
3 yemas de huevo
1 1/4 kilos de
masa
base de tarta

Preparación.- Unte con mantequilla un molde para tarta. Fórrelo con la masa estirada a 1 cm. de espesor. Mezcle en un recipiente la leche condensada, el jugo de limón, los plátanos machucados, las yemas de huevo y las nueces mortajadas.

Vierta esta mezcla sobre la masa. Hágala cocer en homo, a temperatura de 200 grados, hasta que la crema esté cuajada y la masa cocida.

Saque del homo y decore con merengue hecho de 3 claras de huevo, batidas a punto nieve, con media taza de azúcar molida y una cucharilla de ácido acético.

Cubra con el merengue y ponga nuevamente al homo hasta que dore la superficie.

TARTA DE MANZANA

Ingredientes

1 1/2 kilos masa base
para tarta
6 manzanas, peladas y
picadas en rallas 1
huevo batido 1 taza
nueces mortajadas 1
1/2 taza pasas 1 taza
azúcar molida 1
cuchara mantequilla

Preparación.- En una cacerola haga hervir las manzanas con el azúcar cubiertas con agua. Con una cuchara de palo estrújelas y aumente las nueces molidas y las pasas, mézclelas muy bien.

Enmantequille un molde para tarta y cúbralo con la masa base, estirándola previamente con uslero a 1/2 cm. de espesor. Vacie sobre la masa el preparado y con la otra mitad de la masa cubra toda la parte superior. Haga un pequeño repulgue, al contorno, con un tenedor y pase con el batido de huevo por toda la superficie. Ponga al homo, a 200 grados, por espacio de media hora a 40 minutos.

Sirva para té o postre de una cena.

(Otra receta)

*1 1/4 kilos masa base
para tarta
1 y 2 litro agua
1/2 taza jugo de limón
3/4 taza azúcar
granulada
1/2 taza maizena
1 taza agua para
disolver la maizena
2 yemas
1 /2 cucharilla ácido
acético
2 claras
1 /3 taza azúcar
molida para el
merengue
1 cuchara mantequilla*

Preparación.- Ponga a hervir el agua con el azúcar granulada, aumente el jugo de limón. Disuelva la maizena en la taza de agua y las 2 yemas de huevo. Agregue este preparado al jugo de limón que está hirviendo; disminuya a fuego lento haciendo hervir nuevamente hasta que el contenido espese, removiendo constantemente.

Con la masa base forre un molde de tarta, previamente enmantecuada. Pinche con un tenedor la base de la masa para que el centro no se hinche. Cuando esté dorada, vacíe la crema sobre la masa. Bata las claras a punto nieve, agregue el azúcar molida y el ácido acético y, cuando formen picos, cubra la superficie de la tarta con el merengue.

Meta al homo, unos 7 minutos, hasta que cueza y dore el merengue. Debe enfriar en el molde antes de servir.

Córtela en 8 tajadas triangulares.

TARTA DE LIMON

Ingredientes

OCTAVA SECCION

*** Diferentes maneras de preparar huevos**

DIFERENTES MANERAS DE PREPARAR HUEVOS

HUEVOS DUROS

Preparación.- En una cacerola ponga los huevos que necesite endurecer, cubiertos de agua y con 1 cucharilla de vinagre.

El tiempo de cocción es de 12 minutos, desde que empiezan a hervir. Escúrralos y viértales agua fría, para que sean fáciles de pelar.

HUEVOS FRITOS

Preparación.- En una sartén ponga 1/2 taza de aceite. Cuando esté caliente, agregue los huevos uno por uno. Báñelos por encima con el mismo aceite, ayudándose con una espumadera.

Cuando esté blanca la clara, saque el huevo y espolvorée con un poco de sal.

HUEVOS POCHE

Ingredientes

*2 tozas de agua,
1 1/4 taza vinagre
1 cucharilla sal*

Preparación.- En una sartén ponga al fuego las 2 tazas de agua y 1/4 taza de vinagre con 1 cucharilla de sal. Cuando empiece a hervir, deje caer un huevo al centro, tápelo y deje que la clara quede blanca, en 2 a 3 minutos.

Retírelo y déjelo escurrir sobre una servilleta de cocina; proceda con los demás de la misma manera, hasta que estén todos listos.

HUEVOS PASADOS POR AGUA

Preparación.- En una cacerolita ponga al fuego los huevos cubiertos con agua fría. Retírelos en cuanto empiecen a hervir, si los desea algo más cuajados, déjelos en el agua hervida 2 a 3 minutos más.

HUEVOS REVUELTOS I

Ingredientes

*2 huevos por persona
1 cuchará aceite 1 /4
taza de leche 1 ½
cucharilla sal 1 /4
pimienta negra molida*

Preparación.- Caliente en una sartén 1 cuchara de aceite, rompa 2 huevos por persona, tápelos un momento, añada 1/4 taza leche, 1/2 cucharilla sal y 1/4 cucharilla pimienta negra molida, revuelva y sirva caliente.

HUEVOS REVUELTOS CON CARNE DE RES H

Ingredientes

*1 ½ taza carne picada 1
cuchará aceite 1
tomate
1 cebolla pequeña 1/2
cucharilla sal 1 ½
cucharilla pimienta
negra 3 huevos*

Preparación.- Ponga en una sartén caliente 1 cuchara de aceite. Aumente 1/2 taza de carne picada, sin grasa ni nervios, hasta que se fría ligeramente. Añada 1 tomate picado, 1 cebolla pequeña picada en rallas grandes, 1 /2 cucharilla de sal molida, 1/2 cucharilla de pimienta negra molida. Remueva y, al final, aumente los huevos. Tape la sartén para que quede cuajada la clara y recién mezcle todo. Sirva caliente, con arroz graneado y papas fritas, como segundo plato.

En esta misma forma prepare el revuelto de jamón o atún, cambiando la carne picada por 1/2 taza de jamón picado o una latita de atún. Todos los demás ingredientes son los mismos.

OMELETTE

Preparación.- En una sartén pequeña y plana ponga una pizca de aceite. Lleve al fuego. Aparte, en un recipiente pequeño, bata ligeramente un huevo con poca sal y vierta en la sartén.

Ladee de un lado al otro para que se esparza a toda la superficie. Cuando empiece a cuajar, añada al centro de éste, 1 cuchara de queso picado. Doble con una espumadera de un lado y otro, dando la forma de un canelón.

Sirva para cada uno como entrada, acompañado de hojas tiernas de lechuga, unas rallas de tomate y encima unos círculos de pepino en escabeche. Puede cambiar el relleno de queso con jamón, mortadela, o salchichas de calentar picadas.

HUEVOS DUROS RELLENOS CON ANCHOAS

Preparación.- Haga cocer los huevos como indiqué anteriormente. Pártalos por la mitad. Vacíe la yema en un recipiente y estrújela con un tenedor. Mezcle con las anchoas molidas.

Rellene, nuevamente, las claras con esta preparación. Una los huevos de 2 en 2 como si estuvieran enteros. Rebose con un huevo ligeramente batido y tréalos en aceite caliente, hasta que queden dorados.

Sirva con ensalada de betarraga, decorados con unas rallitas de pimienta morrón verde o de apio picado.

TORTILLAS AL SARTEN

Preparación.- Fría las papas en el aceite caliente, escúrralas y mezcle con todos los ingredientes indicados, menos el aceite. En una sartén grande con tapa, caliente 2 cucharadas de aceite y vierta todo el preparado de la tortilla. Esparza parejo en toda la superficie y tápelo. Deje cocer unos 8 a 10 minutos a fuego moderado. Cuando vea que empiezan a dorarse los contornos, cubra con una tapa o fuente plana y voltee de golpe para deslizar, la tortilla del otro lado, al sartén y hacer cocer por 8 a 10 minutos, siempre tapada.

Una vez lista, vacíela en una fuente redonda con borde, pártala en 4 partes y sívala con una espátula como segundo plato.

En esta tortilla, supla las papas con vainitas picadas cocidas en agua con sal, o pescado frito picado, puntas de espárrago o cebolla verde picada fina, lechuga picada, etc.

Los demás ingredientes deben ser los mismos que para la tortilla de papas, menos el aceite que debe disminuir 2 cucharas.

Ingredientes

2 1/2 tazas papas
peladas, cortadas
en rodajas no muy
Jiñas
1 1/2 taza cebolla
picada en rodajas
1 1/2 taza tomate
picado en rodajas
1 taza queso fresco
picado
4 huevos
2 cucharas leche
1 cuchara perejil
picado fino
1 cucharilla sal molida
1 cucharilla pimienta
molida
3/4 taza aceite para
freír papas

TORTILLA QUEMADA AL COÑAC O RON

Ingredientes

1 /2 taza miel de caña
6 huevos
1 ¡2 cucharilla
sal
2 cucharas leche 2
cucharas azúcar
molida para
espolvorear 2
cucharas ron o
coñac
1 cuchara aceite

Preparación.- Bata ligeramente los huevos con la sal y la leche. Vierta, esta preparación, en una sartén grande con el aceite caliente. Ladée de un lado a otro para que cubra toda la base de la sartén. Cuando esté cociendo, espolvorée con el azúcar molida, luego dóblela en 3, dé la vuelta y déjela un momento más para que acabe de dorar.

En un plato bonito, saque la tortilla con cuidado para llevarla a la mesa. Rocíela con ron y préndale un fósforo, para que vaya en llamas.

En una salsera lleve la miel de caña para que cada uno se sirva lo que desee.

El momento de servir córtela en rodajas de 3 cms. de espesor y póngala en platos de cristal, con sus respectivos tenedores o cucharillas. Este postre es apropiado para una cena fina.

TORTILLA CON NUECES AL RON

Ingredientes

1 taza nueces picadas
5 huevos
2 cucharas azúcar
granulada
2 cucharas azúcar
molida
1 ¡2 cucharilla sal
molida
2/3 taza leche
1 /2 taza pan de molde
, desmenuzado
1 cucharilla vainilla
2 cucharas ron
2 cucharas aceite

Preparación.- Remoje el pan en la leche, el azúcar granulada y la sal. Mezcle con las yemas una por una, batiendo después de cada adición. Añada la mitad de las nueces y la vainilla, luego las claras batidas a punto nieve. Forme una crema corrediza.

Caliente el aceite en una sartén grande y vierta la masa, espárzala por toda la superficie y tápela.

Haga cocer por unos 4 a 5 minutos. Cuando esté a medio cocer espolvoree con el saldo de nueces y el azúcar molida. Dóblela en 3 y con cuidado dé la vuelta, hasta que acabe de cocer completamente.

Sáquela en una fuente plana y al momento de llevar a la mesa, rocíela con el ron. Préndale un fósforo para que vaya en llamas. Sirva igual que la anterior, cortando en tajadas de 3 cms.

**NOVENA SECCION * Cocteles,
licores y otras bebidas**

LICOR DE HUEVO HOLANDES"

Ingredientes

8 huevos
400 gramos azúcar
granulada 1
cuchara vainilla
1/2 litro coñac

Preparación.- Bata los huevos con el azúcar y la vainilla a "baño María" hasta que se entibie, retire y bata por 10 minutos más hasta que la mezcla esté fría y espumosa. Agregue el licor poco a poco, siempre batiendo. Ponga nuevamente a "baño María", batiendo siempre hasta que se entibie.

Aparte del fuego y vierta en botellas muy limpias enjuagadas con un poco de alcohol blanco. Tápelas herméticamente con corcho. Sirva como crema después de una cena.

Puede guardar mucho tiempo, porque se conserva muy bien.

LICOR DE CREMA DE LECHE CON CAFE

Ingredientes

1 taza gin o singani 3
tazas crema de leche
1 taza azúcar molida
1/2 taza café fuerte
(extracto)

Preparación.- Bata la crema y cuando esté espesando, añada el azúcar molida y, poco a poco, el extracto de café. Al final aumente el gin o singani. Bata nuevamente y sirva en vez de coctel, especialmente en la noche, antes de una cena. Sirvalo en copas de coctel adornadas en el borde, con azúcar granulada

Al servir no debe tocar el borde del azúcar, espolvoree con canela molida y adorne, al borde de la copa, con una guinda al marrasquino.

LICOR DE CREMA DE LECHE (RIMPOLLO)

Ingredientes

4 huevos
250 gramos azúcar
granulada (2 tazas) 1
cuchara vainilla 1 litro
leche 1 ;2 taza coñac
1 /2 taza ron 1 taza
crema de leche

Preparación.- Hierva la leche con el azúcar; añada poco a poco las yemas muy batidas y la crema de leche. Para que no se corte, ponga a fuego lento por 2 minutos, más o menos, y agregue la vainilla y los licores. Haga enfriar.

Mezcle otra vez y pase por un colador fino, para que no quede ningún grumo ni partícula. Guarde en botellas muy lavadas y desinfectadas con un poco de alcohol blanco. Mejor si pone al refrigerador. Sirva frío en copitas pequeñas.

COCTEL DE VERMOUTH Y

Ingredientes

*1 taza jugo de naranja
1 taza vermouth oscuro
6 guindas al
marrasquino 6 ramitas
jescás de yerba
buena, muy lavadas y
escurridas 6 copas
adornadas al borde
con azúcar granulada*

JUGO DE NARANJA

Preparación.- Licúe el jugo de naranja y el vermouth. Sirva con cuidado en copas de coctel adornadas con azúcar granulada al borde, una guinda al marrasquino y una ramita de yerba buena saliendo de la copa.

COCTEL DE CHAMPAGNE Y

Ingredientes

*4 cucharas jarabe de
membrillo 1 copa
grande de ginebra
Jugo de 2 limones
Jugo de 1 naranja 1
taza hielo triturado 1
tirita de cáscara de
naranja para cada
vaso
1/2 botella
champagne Jrio*

MEMBRILLO

Preparación.- Mezcle los jugos con el jarabe y la ginebra. Agregue hielo triturado y añada la 1/2 botella de champagne.

Sirva en 6 vasos altos, adorne el borde del vaso con una cáscara de naranja.

Ingredientes

*1 /4 taza azúcar
granulada 1
vaso grande de
benedictine o
vermouth
1 1/4 tazas crema de
cacao 4 partes de
champagne 1 taza
hielo triturado*

COCTEL DE CREMA DE CACAO

Preparación.- Disuelva la mitad del azúcar en la crema de cacao y la otra mitad en el benedictine. Mezcle con el champagne frío o el hielo triturado. Sirva en copas alargadas de champagne. Alcanza para 6 vasos.

Ingredientes

1 litro de jugo de
naranja
1/2 botella de buen
singani
2 cucharas rasas
azúcar granulada
1 taza hielo triturado

Ingredientes

11 yemas de huevo 1
lata leche evaporada
Nestlé 1 /2 taza
azúcar granulada 1/2
botella singani "San
Pedro" primera clase

Ingredientes

1/2 botella singani de
primera clase 1 taza
azúcar granulada
1 taza extracto fuerte
de café 1 lata leche
evaporada Nestlé

Ingredientes

Una taza cubitos de
hielo
1 cuchara diferentes
frutas picadas
2 cucharas jugo de
cherry
1 copa singani
1 cuchara de azúcar

YUNGIXEÑO

Preparación.- Licúe todos los ingredientes y, al final, agregue el hielo. Sirva en copas cocteleras, pasadas al borde con azúcar granulada.

LICOR DE HUEVO

Preparación.- Bata la leche evaporada hasta que aumente su volumen más del doble. Agregue siempre batiendo, las yemas con el azúcar, muy bien mezcladas. Al final añada el singani.

Mezcle bien y guarde en botellas muy limpias, enjuagadas con alcohol blanco y herméticamente tapadas.

Sirva en copitas pequeñas, como crema.

LICOR DE CAFE CON LECHE

Preparación.- Bata la leche evaporada hasta que aumente su volumen más del doble. Agregue el azúcar y el extracto de café, siempre batiendo. Al final añada el singani. Mezcle bien.

Guarde en botellas muy limpias, desinfectadas con alcohol blanco.

Sirva en copitas pequeñas para crema.

COCTEL DE DIFERENTES FRUTAS

Preparación.- Ponga en la licuadora todos los ingredientes, menos el hielo. Agregue éste a continuación. Déjelo reposar en el refrigerador hasta el momento de servir.

Vacíe en copas de champagne.

LICOR DE CACAO (CREMA)

Ingredientes

500 gramos pepitas
de cacao ligeramente
tostadas 1 /2 litro
coñac 1 cuchara
vainilla 1 taza agua
1 taza azúcar
granulada

Preparación.- Tueste ligeramente las pepitas de cacao. Una vez tostadas, martájelas en un batán o mortero muy limpio. Ponga a macerar con el coñac por 8 días, en un recipiente completamente tapado.

Después de esto, filtre el cacao con una tela que no tenga la trama muy tupida. En una cacerolita disuelva completamente el azúcar en el agua y póngala a hervir, hasta que salgan ampollitas a la superficie. Con una cuchara levante un poco del almíbar y deje caer un chorro; si queda en la cuchara como gotas, ya está listo. Vierta sobre el cacao juntamente con la vainilla, mezcle muy bien y aumente coñac hasta que complete un litro.

Guarde en botellas muy limpias y desinfectadas con alcohol.

CLERICO

Ingredientes

3 cucharas azúcar
molida
3 tazas frutas de la
estación picadas 1
taza vino blanco
Rodajas de 2 limones
1 botella de sidra 1
botella grande de
seven up

Preparación.- Coloque en una jarra las frutas picadas, añada el azúcar, las rodajas de limón, el vino, la sidra helada y el seven up. Revuelva con cuchara de madera y sirva con pedazos de frutas en copas de champagne.

Esta bebida apta para el brindis de algún acontecimiento; es fina y agradable al paladar.

Ingredientes

1 1/2 tazas agua
hervida 1 taza azúcar
granulada 125 gramos
café molido
1 /2 litro leche hervida
1 cucharilla vainilla
1/2 litro crema de
leche
1 taza coñac o singani

CAFE GLACE

Preparación.- Haga filtrar el café con el agua hirviendo. Agregue el azúcar, la leche y la vainilla. Bata la crema y aumente a la preparación cuando esté fría.

Añada el coñac o singani. Sirva frío en copas de champagne.

Ingredientes

1 taza cubitos de
hielo
1 taza singani 1 taza
jugo de mandarina 1
cucharilla de azúcar

COCTEL DE MANDARINA

Preparación.- Ponga en la licuadora todos los ingredientes menos el hielo y cuando acabe de licuar recién agregue éste. Déjelo reposar en el refrigerador hasta el momento de servir.

Ingredientes

En una coctelera cubitos
de hielo
1 / 2 taza de singani 1
cuchara jugo de limón
1 cuchara azúcar
granulada
1 clara de huevo
2 gotas bitter

SINGANI SOUR

(Para 4 personas)

Preparación.- Ponga en la licuadora todos los ingredientes, menos el hielo y cuando acabe de licuar recién agregue éste.

Déjelo reposar en el refrigerador con 2 gotas de bitter, hasta el momento de servir.

Ingredientes

1 taza extracto de café 1
1 / 4 litros leche hervida
3/4 botella singani 2
yemas de huevo
(batidas)
2 cucharas azúcar
granulada 1 pizca clavo
de olor 1 cuchara
vainilla

PONCHE "COLA DE MONO"

Preparación.- Licúe todos los ingredientes y sirva a temperatura ambiente.

PONCHE ROJO

Ingredientes

1 taza cubitos de hielo
1 copa singani 1 taza
vermouth tinto 1 taza
vermouth rojo
1 rodaja naranja

Preparación.- Ponga en la licuadora todos los ingredientes menos el hielo. Agregue éste después de licuar. Déjelo reposar en el refrigerador hasta el momento de servir.

Sirva cada copa con 1 guinda al marrasquino.

TARTELETAS RELLENAS CON CREMA DE LECHE Y MARISCOS (P<*O: E.O«IUjC>

DECIMA SECCION * Bocaditos

salados para picar

MASA BASE PARA FRITURAS DULCES O SALADAS

Ingredientes

- 1 taza de harina
blanca*
- 1 1/2 tazas cerveza*
- 3 huevos (separadas
las yemas de las
claras)*
- 2 cucharas de perejil
picado*
- 1 cucharilla sal
molida*

Preparación.- Coloque la harina en un recipiente hondo. Echele la cerveza. Mezcle y añada las yemas batidas. Tape el tazón y deje reposar de 3 a 12 horas.

Al momento de usar, añada las 3 claras batidas a punto nieve, el perejil picado y la sal. Mezcle muy bien.

Esta masa sirve para freír pedazos de pescado, pollo, camarones, coliflor, ciruelas rellenas con jamón. También se pueden freír frutas que sirven para postres.

Nota.- Para las frituras dulces no ponga perejil y añada 1/2 taza de azúcar.

MASITAS CON POLLO COCIDO

Ingredientes

- 1 pollo de 1 1/2 kilos,
cocido con agua y
sal, picado en
cuadrados de 2 1/2
cms.*
- 1 taza tomate licuado*
- 1 cucharilla sal molida*
- 2 tazas leche*
- 4 tazas harina blanca
cernida*
- 1 taza cebolla licuada*
- 1 /2 taza aceite para
masa*
- 1 /2 taza pimientos
licuados*
- 2 cucharillas royal*
- 1 taza aceite para freír
masa*
- 1 cucharara perejil
picado*

Preparación.- En una sartén dore con el aceite, la cebolla, el tomate, el perejil y el pimiento. Vierta en una ollita la leche y la sal. Mezcle con los primeros ingredientes. Añada de golpe la harina y déjela cocer unos 5 minutos a fuego lento, removiendo continuamente.

Aparte del fuego, deje enfriar y recién entonces, aumente el royal. Amase muy bien, para que se mezcle parejo. Tome masitas del tamaño de 1 aceituna, estírelas y envuelva en cada una un pedazo de pollo, formando bolitas como albóndigas.

Cuando haya terminado de confeccionar todas, fríalas de 10 en 10 en aceite caliente, puesto en una sartén honda.

Pinchelas con mondadientes y llévelas para picar en una fuente plana, acompañadas de una salsa.

MASA CON CAMARONES

Ingredientes

1 taza cebolla licuada
1 taza tomate licuado
1 cucharilla sal molida
1 /2 kilo camarones
pelados limpios
1/2 litro leche (2 tazas)
1 cuchara perejil
finamente picado
1 1/2 taza aceite para
masa
1 1/2 taza pimientos
licuados
4 tazas harina blanca
cernida
2 cucharillas rasas
royal
1 taza aceite para freír
las masitas

Preparación.- En una sartén dore la cebolla en el aceite. Añada el tomate, el perejil, la sal, los pimientos y la leche. Deje hervir un momento y agregue la harina. Deje cocer por unos minutos a fuego lento removiendo constantemente.

Aparte del fuego y deje que enfrie en olla tapada. Al final añádale el royal. Mezcle bien. Tome masitas del tamaño de una aceituna, estírelas en la palma de la mano y rellénelas con 1 camarón si es grande y 2 si son pequeños. Forme como peritas, coloque un pedazo de tronquito de perejil para que parezca el cabo de la fruta.

Cuando haya terminado todas, caliente el aceite en una sartén honda y frías de 10 en 10. Sáquelas cuando estén doradas. Para picar, pinche con mondadientes y ponga en una bonita fuente plana. Para acompañar sirva con una salsa de las que doy en este recetario.

MEDALLONES DE CAMARONES O LANGOSTINOS

Ingredientes

1 kilo camarones o
langostinos 1 cucharilla
sal molida para la
harina y cerveza 1 1/4
tazas harina blanca
1 1/2 tazas cerveza
1/2 cucharilla sal
molida para macerar
camarones y 1/2
cucharilla pimienta.
1 taza aceite para freír
camarones 1 cuchara
jugo de limón para
macerar camarones

Preparación.- En una fuente limpie los camarones y condiméntelos con la 1/2 cucharilla de sal, el jugo de limón y la pimienta. Deje en el adobo 1/2 hora.

En un recipiente mezcle la harina con la cerveza y 1 cucharilla de sal. Deje reposar 3 horas. Pasado este tiempo caliente el aceite en una sartén y fría los camarones rebozados con la preparación de harina, hasta que se frían de ambos lados.

Cuando estén fritos, llévelos a la mesa en una fuente decorada con una rosa de betarraga y flores de cebolla (Ver pag. 35). A los lados y al centro, coloque los medallones de camarones pinchados con mondadientes.

Si consigue camarones enteros frescos, compre 2 para adornar la cabecera, previamente limpios por la espalda y cocidos en 1 taza de agua con una pizca de sal, por 5 minutos. Escúrralos y ponga uno al frente del otro.

ANILLOS DE CEBOLLA, PIMIENTOS VERDES Y ROJOS

Ingredientes

*5 cebollas medianas
5 pimientos verdes o
rojos en rodajas
1 1/2 tazas aceite 2
tazas masa base
para frituras (Ver
pág. 141)*

Preparación.- Pele las cebollas y corte las cabezas en rodajas de 1/2 cm. de espesor. Sepárelas en anillos, frotando las cabezas con las manos.

Bañe uno por uno los anillos en la masa base. Caliente aceite y fría con cuidado hasta que se doren de ambos lados.

De igual manera se procede con los pimientos, sacando las semillas.

BOCADITOS DE SURUBI, BLANQUILLO

O PEJERREY

Ingredientes

*1 1/2 kilos pescado
(surubú blanquillo o
pejerrey)
2 tazas masa base
para frituras (Ver
pág. 141)
Jugo de 2 limones
Sal y pimienta al gusto
1 taza aceite*

Preparación.- Limpie el pescado de piel y espinas. Córtelo en cuadrados de 2 1/2 cms. Cúbralos con el jugo de limón, la sal y la pimienta. Mezcle y refrigere por 1 hora, cubiertos de plástico.

Fríalos en aceite caliente previamente, rebozados en la masa base. Sáquelos en una fuente cubierta con servilletas de papel.

Sirva pinchados con mondadientes en fuentes pequeñas, acompañados con llajwa o con salsa golf. (Ver pag. 298).

ISPIS SALADOS

(Pescaditos del lago Titicaca)

Preparación.- Lave los ispis. Extráigales con cuidado los intestinos y quíteles las agallas, porque son amargos. Lávelos nuevamente y, en una coladera, escúrralos completamente. Agregúeles el jugo de limón y revuelva.

Ingredientes

*1 1/2 kilos ispis
1 1/2 tazas aceite
2 cucharas jugo de
limón
1 cucharilla sal
molida*

Fría en una sartén con abundante aceite, hasta que se doren. Espolvoréelos con sal molida y sáquelos en una fuente, con servilletas de papel en la base. Sirva para picar en un cóctel.

PLATANOS VERDES DE FREIR

Ingredientes

*1 taza aceite 1
cucharilla sal 5
plátanos
completamente
verdes*

Preparación.- Corte las puntas de los plátanos y hágalos un corte a lo largo, con la punta de un cuchillo. Pele la cáscara. En una sartén caliente el aceite, pruebe con un pedazo de pan, para ver si se dora inmediatamente.

Una vez pelados los plátanos, córtelos en rodajas finas, pero solamente lo que se va a freir en el momento. Eche de golpe y en cuanto estén dorados de ambos lados, sáquelos. Fría otra cantidad hasta acabar. No deje que se quemem porque toman un gusto amargo.

Cuando haya terminado espolvoree con sal y mézclelos. Sirvalos calientes o fríos.

CIRUELAS CON TOCINO O JAMON PARA COCTEL

Ingredientes

*1 caja de ciruelas
frescas y suaves
1/4 kilo de jamón o
tocino
Mondadientes*

Preparación.- Con un cuchillo de punta saque con cuidado las semillas de las ciruelas. Ponga las frutas en un recipiente y écheles un chorro de agua caliente. Sáquelas inmediatamente y rellene cada una con pedazos de jamón.

Lleve 10 minutos al horno. Si son con tocino, envuelva cada una con una ralla delgada de tocino sujeta con mondadiente y cuézalos al horno. Sirvalas calientes, pinchadas con mondadientes.

Ingredientes

*1 kilo repollitos de
Bruselas
1 litro agua para cocer
repollos
1 cucharilla sal para
cocer repollos
1 taza aceite para freír
repollitos
2 huevos batidos
1 /2 taza harina
blanca
1/2 cucharilla sal
molida
1 /2 cucharilla pimienta
molida
1 cucharilla polvo de
hornear royal*

RE POLLITOS DE BRUSELAS REBOZADOS

Preparación.- Lave los repollitos, sáqueles las hojas de encima y hágalos cocer en una cacerola con el agua y sal, hasta que estén suaves. Escúrralos en una coladera. Bata los huevos con la sal y la pimienta. Agregue la harina cernida con el royal. Mezcle bien. Reboce con este preparado cada repollito y fríalo en aceite caliente.

Sirven para picar, sumergidos en cualquier salsa con pollo al horno, roast beef o pescado frito.

MASITAS PARA COCTEL

ROSAS CON CHORITOS AL NATURAL O CAMARONES

Ingredientes

3 tazas harina blanca
1 1/2 tazas aceite
para freír 6 yemas de
huevo 3 cucharas vino
blanco 100 gramos
mantequilla con sal 1
;2 cucharilla sal
molida
1 cucharilla royal

Preparación.- Bata las yemas hasta que queden blancas. Aumente el vino y la sal. Luego, en otro recipiente, cierna la harina con el royal mezcle con la mantequilla, frotando con las palmas de las manos hasta formar migas.

Una las 2 preparaciones y forme una masa suave, frótela mucho. Pártala en pedazos para estirla muy delgada. Corte con cortapastas en círculos y, con un cuchillo de punta, haga 4 tajos a los lados. Con un poco de clara de huevo al centro, pegue las masitas de 3 en 3, presionando con el dedo solamente al centro y poniendo los cortes intercalados, de modo que cuando se fría, se separen como pétalos de rosas.

Caliente el aceite en una sartén honda y cuando esté listo ponga unas 5 a 6 masitas. Sáquelas sobre una fuente cubierta con servilletas de papel. Al centro de cada flor ponga un poco de mayonesa y encima un chorito o camarón. Sirva en un plato plano.

MASA DE TARTALETAS

Ingredientes

300 gramos harina
blanca 100 gramos
mantequilla 3
cucharas agua fría 1
huevo
1 /4 cucharilla sal
molida

Preparación.- En un recipiente coloque la harina cernida, mézclela con la mantequilla frotando con las palmas de las manos haciendo migas. Añada el agua, mezclada con la sal y el huevo. Prepare una masa algo seca. Deje reposar 1 hora. Luego, en una mesa enharinada, estire la masa con un uslero hasta que tenga, más o menos, 1/4 cm. de espesor. Corte con un cortapastas, círculos de 5 cms. de tamaño.

Unte con muy poca manteca unos moldecitos especiales de tartaletas y forre cada uno con una masa. Pinche con un tenedor la base, de la masa, para que al cocer no se levanten del centro.

Ponga a horno mediano (250 grados) por espacio de 8 min. Sáquelas con cuidado y téngalas listas para el momento de rellenarlas con relleno dulce o salado. Las saladas se las puede rellenar con pollo y mayonesa, mariscos, crema de espárragos, jamón o verduras. Las dulces con dulce de frutilla, crema chantilly, crema de chocolate, durazno, guayaba, etc.

TARTELETAS FRITAS PARA RELLENO SALADO O DULCE

Ingredientes

1 1/4 tazas harina
cernida
1/2 cucharilla sal 1
cucharilla azúcar
granulada 1 huevo 1
taza leche 1 cuchara
aceite para masa
1/2 litro aceite para
freír
1/2 cucharilla royál

Preparación.- En un recipiente cierna la harina con el royal. Añada la leche con el huevo, el aceite, el azúcar y la sal disuelta. Bata y forme una masa, corrediza. En caso de que quede muy espesa, añada un poco más de leche o si es muy aguanosa, un poco de harina.

Caliente el molde en el aceite. Sáquelo, cuente en el aire hasta 5 y sumérjalo en la masa faltando 1 cm. del borde del moldecito. Procure que no caiga la masa hasta llegar a la sartén. Introduzca al aceite y con la ayuda de un alambre, listo para este fin, empuje de un lado de la fritura hacia el aceite. En caso de que no se desprenda la masa, utilice también el alambre.

Proceda de la misma forma hasta terminar. Puede hacerlo con dos moldes al mismo tiempo y puede usar relleno dulce o salado. Con la misma masa, puede hacerse rosquitas espolvoreadas con azúcar molida.

MASA DE TARTELETAS I

Ingredientes

1 taza harina
1/2 cucharilla sal
molida
75 gramos
mantequilla
2 yemas de huevo
2 cucharas agua fría

Preparación.- Cierna la harina, agregue la mantequilla y frote con las manos hasta que forme migas. Agregue las yemas, el agua y la sal, para formar una masa algo seca.

En una mesa enharinada, estire la masa hasta 1/4 cm. de espesor, con un uslero pequeño. Corte medallones y acomode en moldecitos para tarteletas, ligeramente enmantecados; apriete la masa en el moldecito dándole su forma. Póngalos en latas y pinche en la base de cada masita, para que no se hinchen al cocer.

Lleve a horno a 200 grados, por 5 a 7 minutos. Como son tan delgados, se tuestan rápidamente.

Puede usarse relleno dulce o salado, según el gusto.

MASA DE TARTALETAS II

Ingredientes

250 gramos harina
blanca 100 gramos
mantequilla con sal 1
cuchara azúcar molida
1 cuchara rasa sal
molida
4 cucharas agua fría

Preparación.- En un recipiente ponga la mantequilla, añada la sal, el azúcar y el agua. Junte con la harina y haga una masa algo seca, sin trabajarla mucho.

Deje reposar la masa 1/2 hora en lugar fresco. En una mesa enharinada, extiéndala por pedazos de 1/4 cm. de espesor o más delgados. Corte en círculos y, con la ayuda de los dedos, amolde en la base y lados de cada molde, procurando que sobresalga un poco del borde.

Pinche la base de la masa con un tenedor para que al cocer no se formen ampollitas. Ponga al centro de éstos un papelito y algunos porotos encima.

Coloque los moldecitos en una lata de homo a 250 grados, por 7 a 8 minutos, hasta que estén ligeramente dorados. Desmolde con cuidado y rellene con lo que desee.

BARQUITOS DE CAMARONES

Ingredientes

12 tartaletas o 1/4 kilo
de masa para
tartaletas
1/4 kilo camarones 4
cucharas mayonesa 1
/2 taza arvejas
peladas y cocidas 1
cucharilla sal molida 1
/4 cucharilla pimienta
molida 1 cuchara
mostaza 12 aceitunas
negras

Preparación.- Estire la masa de tartaletas con un uslero muy delgado. Córtela con cortapastas especial un poco más grande que cada molde. Enmantequille ligeramente los moldes ovalados y cúbralos con la masita, presionando al fondo y lados del mismo. Pinche con un tenedor la base para que no se hinche. Hornee por unos 5 a 6 minutos a homo moderado. Sáquelos en cuanto estén ligeramente dorados.

Limpie los camarones y hágaless dar un hervor en 2 tazas de agua con 1 cucharilla de sal y jugo de limón. Si son camarones en conserva úselos directamente.

En un recipiente coloque la mayonesa, las arvejas cocidas, la pimienta y la mostaza, mezcle bien y rellene. Decore con un camarón al centro y una aceituna y coloque una ralla de pimienta verde parado en forma de triángulo a lo largo de la tartaleta, para que simule ser la vela del barquito. Coloque en una bonita fuente para llevar a la mesa.

CAMARONES O LANGOSTINOS

Ingredientes

1 kilo camarones o
langostinos
1 repollo, cubierto con
papel estañado
dorado
1 1/2 tazas aceite para
freír
2 tazas masa base
para frituras (Verpág.
141)
1 litro de agua
2 cucharas jugo de
limón
1 cucharilla sal
1 cubo de carne
concentrado

Ingredientes

1 / 4 kilo lomo de cerdo
molido
1/2 kilo carne molida
sin grasa ni nervios
2 huevos enteros
1 / 2 taza pan molido
1/2 taza cebolla
finamente picada
1 cucharilla sal
1 / 2 cucharilla
pimienta molida

Ingredientes

1,1/2 kilos lomo de
cerdo
1 / 2 kilo mote cocido
pelado
jugo de 2 limones
1 1/2 cucharilla sal 1
cucharilla pimienta
molida

Preparación.- Ponga a cocer los langostinos o camarones en el agua con sal, el jugo de limón y el cubo de carne por 3 a 5 minutos, desde que empieza a hervir. Pélelos y bañe cada uno en la masa de cerveza para frituras, por ambos lados.

Fría en el aceite caliente hasta dorarlos. Sáquelos en una fuente con servilletas de papel.

Pinche con mondadientes y coloque en el repollo forrado con papel dorado. Alrededor adorne con flores de tomate y escabeche de coliflor.

ALBONDIGUITAS PARA COCTEL

Preparación.- En un recipiente ponga las carnes, eche los huevos, la cebolla, la sal y la pimienta. Mezcle todo. Al final ponga el pan molido para formar una masa consistente.

Con la palma de la mano forme bolitas del tamaño de una nuez chica. Ponga a calentar el aceite en una sartén, coloque en él varias albóndigas hasta que estén doradas. Sáquelas y síralas pinchadas con mondadientes.

CHICHARRON DE LOMO DE CHANCHO CON MOTE Y LLAJWA

Preparación.- Pique la carne en cuadrados de 3 1/2 cms. Mézclela con el jugo de limón, la sal y la pimienta.

Colóquelos a homo caliente a 250 grados, por espacio de 20 minutos, hasta que queden doraditos, pero no secos. Pinche un mote y un chicharrón en la punta. Sirva con llajwa.

BOLAS DE QUESO

CON ACEITUNAS VERDES

Ingredientes

250 gramos queso
menonita raspado
100 gramos
mantequilla con sal
1 /2 cucharilla sal
1 cucharilla pimentón
seco molido
2 cucharas azúcar
granulada
3 huevos
2 cucharillas royal
1 /2 taza leche
1frasco pequeño de
aceitunas verdes
2 1 ;2 tazas harina
cernida blanca

Preparación.- En un recipiente mezcle la harina cernida con el royal. Añada el queso y los huevos enteros, la mantequilla, la leche y el azúcar disuelta. Mezcle muy bien formando una masa suave. Déjela reposar 1/2 hora.

Luego forme bolitas del tamaño de una nuez pequeña. Ponga, presionando, una aceituna verde al centro de cada bolita. Colóquelas en latas enmantecadas a 1 1/2 cm. de distancia, a homo caliente por espacio de 8 a 10 minutos, más o menos.

Sírvalas calientes, con un palito de dientes pinchado sobre la aceituna.

PALITOS SALADOS

Ingredientes

5 tazas harina blanca
1/2 paquete
mantequilla con sal
(100 gramos)
2 cucharas manteca 1
cuchara azúcar
granulada
1 cucharilla sal
2 yemas de huevo 3/4
taza de leche
3 1/2 tazas quesillo
desmenuzado
3 cucharillas royal 1
cuchara colorante en
polvo (pimentón
molido)

Preparación.- Cierna la harina con el royal. Mezcle con el azúcar, la sal, y la mantequilla y los quesillos desmenuzados; luego añada la leche con las yemas y el colorante disuelto.

Forme una masa suave y deje reposar en un lugar fresco por 1/2 hora. Luego estire con un uslero por pedazos, en una mesa enharinada; la masa debe quedar de 3/4 de centímetro de espesor. Con una medita, corte en tiras de 1 cm. de ancho por 8 cm. de largo.

Ponga en latas ligeramente enmantecadas a homo caliente, por 10 a 12 minutos, habiéndoles pasado previamente con huevo batido.

Las claras restantes puede utilizarse para hacer merenguitos.

CANAPE CALIENTE

DE QUESO

Ingredientes

1 1/2 tazas queso
muzarella rallado 50
gramos mantequilla
con sal (1/4 paquete
Pil)
2 yemas de huevo 1
cuchara harina blanca
1 ¡2 cuchara salsa
soya
1 cuchara mostaza 1
vaso cerveza 1 pan de
molde Sal y pimienta
al gusto

Preparación.- En un recipiente ponga las yemas, la salsa soya y la mostaza. Mezcle con batidor de alambre. Unale la harina, el queso rallado, la sal, la pimienta y la mantequilla a temperatura ambiente y por último, la cerveza. Bata todo y mezcle bien. Esparza con un cuchillo, una cucharada de la crema en cada tajada de pan.

Lleve a homo caliente a 300 grados, por 5 a 6 minutos, hasta que el queso se derrita.

Sirva caliente en un pirex.

BOLITAS DE QUESO

Ingredientes

2 cucharas harina
blanca
1 kilo queso "Collana" o
5 quesillos
2 huevos enteros
1 taza aceite para freír

Preparación.- Muela el queso y mézclelo con los huevos. Forme una masa algo seca.

Haga bolitas pequeñas y revuélvalas en la harina. Fría en aceite caliente y cuando estén doradas, sáquelas en una fuente y pinche con mondadientes.

Sirva con las diferentes salsas de este recetario.

BERLINESES - Pag. 177 (Foto: E. Gaufulic)

DECIMOPRIMERA SECCION

*** Masitas dulces y saladas
para coctel y té**

Ingredientes

2 tazas harina blanca
150 gramos manteca 2
yemas
2 cucharas leche
3/4 tazas azúcar
granulada o
chancaca raspada 1
pizca sal molida 1 1/2
cucharillas royal
1 cucharilla vainilla
3 cucharas cocoa
1 taza mermelada de
membrillo o
guayaba

ALFAJORES MORENOS

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal, la cocoa y las yemas, hasta que quede cremosa. Agregue la leche, la vainilla y, al final, las claras a punto nieve; bata un momento más para que no queden grumos en la mezcla. Incorpore la harina cernida con el royal, formando una masa suave. Déjela reposar un momento.

En una mesa ligeramente enharinada estire la masa con un uslero, hasta que quede de 1/2 cm. de espesor. Corte los alfajores con un cortapastas ovalado. A la mitad de las masitas, hágalas 2 hoyitos en el lugar de los ojos y otro en la boca. Esparza en cada masa inferior dulce de membrillo y cubra cuidadosamente con la otra, que tiene agujeros.

Póngalas en latas ligeramente enmantecadas a 1 1/2 cm. de distancia. Lleve al horno a 200 grados hasta que se doren superficialmente.

Ingredientes

4 tazas harina blanca
2 cucharillas royal
1 cucharilla sal
3 cucharas
mantequilla
2 yemas
1 cuchara azúcar
granulada 1/2
cucharilla paprika o ají
rojo molido
1 /4
taza agua 1/2
kilo queso
menonita
2 tazas aceite para
freír

TAQUEÑOS VENEZOLANOS

Preparación.- Mezcle la harina cernida con el royal, la mantequilla, las yemas, el azúcar, la sal, la paprika y, al final el agua. Forme una masa suave. Hágala reposar unos minutos.

Divida el queso en bastoncitos de 1 x 6 cms. Parta la masa en 3 partes y estírela lo más delgada posible, córtela en tiras de 1 1/2 cm. y envuelva con ellos los pedazos de queso, hasta que queden completamente cubiertos. Caliente el aceite en un perolito y fría hasta que queden dorados.

Sirva caliente para el té.

SANDWICHES O CANAPES DE MARISCOS

CON MAYONESA

Ingredientes

2 tarros choritos u otro
marisco o caviar
1 receta mayonesa ver
pag. (295)
100 gramos
mantequilla con sal
1 paquete pan de
molde de día anterior
o pancitos especiales
6 aceitunas negras en
gajos
1 pimiento morrón en
tiritas
2 huevos duros

Preparación.- Quite las orillas del pan y úntelo con la mantequilla ligeramente suavizada o con palta estrujada, condimentada con sal y jugo de limón. Divida el pan en cuadrados o triángulos.

Al centro de cada hogaza de pan coloque un marisco o un montoncito de caviar. Decore alrededor con unas florecitas de mayonesa y un puntito muy pequeño de pimienta o aceituna al centro de cada florcita. Si es pan cuadrado, ponga a los lados unas tiritas delgadas de pimienta morrón.

Use su ingenio y habilidad para decorar con gusto. Sirva en pequeñas fuentes cubiertas con servilletas de papel.

SANDWICHES CON PATE O CREMA CHANTILLY

Ingredientes

2 latitas de paté 15
tajadas pan de molde
sin orillas 1 taza
crema de leche 1 tarro
caviar rojo 1 tarro
pimiento morrón negro
en conserva

Preparación.- Bata la crema de leche y mezcle con el paté. Pase con ésta los panes; luego divídalos con cortapastas en cuadrados, triángulos o círculos.

Decore con un poco de caviar al centro y los contornos con tiras delgadas de pimienta morrón o una mitad de huevo duro de codorniz y aceitunas a los lados. Puede también espolvorear con un poco de perejil finamente picado, sobre la crema, luego decorar con arabescos de crema de leche encima.

Ponga en forma armoniosa sobre charolas cubiertas con servilletas de papel.

CANAPES O SANDWICHES CON CREMA

Ingredientes

1 ½ kilo de jamón 1
lata anchoas 1
latapaté
4 pepinos en vinagre
100 grs. mantequilla
con sal
1 / 2 pimienta morrón
rojo en tiritas 1 pan
de molde 1 cuchara
perejil picado
6 aceitunas negras 3
huevos duros

DE JAMON Y ANCHOA

Preparación.- Muela finamente el jamón con las anchoas y pepinos en la máquina de moler. Añada la mitad de la mantequilla tibia y el paté, mezclando muy bien.

Quite las orillas del pan y unte con un cuchillo, la mantequilla restante y luego la crema preparada. Separe las yemas y claras de huevo duro y con un tenedor desmenúcelas.

Divida las tajadas de pan en triángulos y decore con la clara y yema de huevo duro molido, aceitunas negras picadas en gajos, pimienta morrón rojo, picado en tiritas y el perejil picado. Demuestre su habilidad al decorar los capanapés.

RECETA BASE PARA PANQUEQUES

Ingredientes

2 tazas harina blanca
2 cucharillas royal
1 / 2 cucharilla sal
molida
2 huevos
1 1 / 4 tazas leche

Preparación.- Mezcle la leche con las yemas y la sal. Añada la harina cernida juntamente con el royal. Al final, aumente las claras batidas a punto nieve.

Emplee una sartén especial para este fin. Untela, con una brocha de cocina, con un poco de aceite o mantequilla. Ponga una cuchara de masa y espárzala, moviendo la sartén de un lado a otro. Voltée para que se dore del lado opuesto. Coloque un panqueque encima del otro, hasta que termine de freír todo. Si desea para el desayuno, rellene con miel de caña o mermelada de alguna fruta. En caso de que los emplee para entrada, antes de voltearlos póngales 1 cuchara de queso fresco y envuélvalos como un canelón. Déjelos cocer hasta que queden totalmente dorados.

Sirva con hojas de lechuga alrededor y unas rodajas de tomate. También puede rellenar varios, el primero con atún y mayonesa, otro con palmito picado o vainitas. Intercalando el relleno con atún y verduras, coloque 5 panqueques uno encima del otro, córtelos en triángulos y decórelos con mayonesa, aceitunas negras o pimienta morrón. Quedan muy bonitos para entrada.

Ingredientes

6 manzanas verdes
1 / 3 taza azúcar
granulada 1 / 2
cucharilla de canela
molida

Ingredientes

1 taza harina cernida
1 / 4 cucharilla sal
1 cucharilla royal
2 huevos
1 / 3 taza
cerveza
2 cucharas mantequilla
derretida a
temperatura
ambiente
1 1 / 2 tazas aceite
para freír los anillos

Ingredientes

1 1 / 2 tazas pina
picada y escurrida 1
taza harina blanca 3
cucharas azúcar
granulada 1 cucharilla
polvo de hornear
1 / 2 cucharilla sal 1
huevo batido
1 / 2 taza jugo
de pina
2 cucharas
mantequilla
1 1 / 2 tazas aceite
Azúcar en polvo para
espolvorear 1 taza
miel de chancaca

ANILLOS DE MANZANA

Preparación.- Pele y corte las manzanas en aros delgados, extrayendo las pepas. Deje los anillos de manzana cubiertos con el azúcar granulada y la canela preparada.

PASTA PARA REBOZAR

Preparación.- En un recipiente coloque la harina cernida con el polvo de hornear. Aparte, bata los huevos y añádales la cerveza, la mantequilla y la sal. Viértalos sobre la harina, batiendo con un batidor de alambre, hasta que la pasta quede completamente unida y sin grumos. Caliente el aceite en una sartén honda. Introduzca un anillo de manzana en el batido, cubriéndolo bien, échelo en el aceite caliente. Repita esta operación rápidamente, para freír a la vez unos 4 o 5 anillos, y evitar que se queme el aceite.

Cuando estén dorados de un lado, vuélquelos del otro. Sáquelos con una espumadera y escúrralos, poniéndolos sobre una fuente con papel toalla. Consérvelos calientes y sírvalos espolvoreados con azúcar molida o miel de caña. También puede servir como postre de una cena.

FRITURAS DE PIÑA, DURAZNO O PLATANO GUINEO

Preparación.- En un recipiente cierna la harina con el polvo de hornear. Aparte, mezcle el huevo con el jugo de piña, la sal, el azúcar, la piña picada y la mantequilla. Mezcle muy bien con la harina, y deje reposar media hora.

En una sartén honda, caliente el aceite y fría en él, poniendo 1 cucharita para cada fritura. Puede poner unas 5 a la vez y cuando estén doradas de un lado, vuelquelas del otro.

Saque con una espumadera, ponga sobre fuente cubierta con servilletas de papel para que absorban el aceite restante. Cuando desee cambiar las frituras con plátano o durazno, ponga la misma cantidad de la piña picada y cambie el jugo de piña con 1 / 2 taza de leche.

Para servir cubra con miel de caña hecha de chancaca.

MEDIALUNAS RELLENAS CON ALMENDRA

Ingredientes

1 taza azúcar
granulada
2 1/2 tazas de harina
blanca
50 gramos manteca y
50 gramos
mantequilla con sal
1 taza maizena, 1 taza
agua fría, 1 pizca sal
1 1/2 cucharillas royal
1 taza almendras
molidas
1/2 taza azúcar molida
2 a 3 cucharas agua
caliente para formar
masa de almendras

Preparación.- Cierna las harinas con el royal. Amase con la manteca y la mantequilla, frotando con las palmas de las manos hasta formar migas. Agregue el agua con el azúcar y la sal disueltas. Amase y forme una masa suave. Déjela reposar una media hora.

En una mesa enharinada estírela de 1/2 cm. de espesor. Luego, con cortapastas redondo, corte redondeles de 6 cms. de diámetro. Al centro de cada uno coloque una cucharilla de masa de almendra y envuelva desde un extremo hasta terminar, dándoles forma de media luna. Póngalas al homo caliente, en latas ligeramente enmantecadas, a 3 cms. de distancia unas de otras. No deje que se doren mucho. Cuando enfrien, espolvoree con azúcar molida.

Nota.- Para preparar la masa de almendra, coloque en un recipiente la almendra molida, añada el azúcar y mezcle. Amase, añadiendo poco a poco el agua caliente hasta formar una masa que se la pueda trabajar con las manos.

ALFAJORES DE PENCO

Ingredientes

6 yemas
1 cuchara azúcar
molida
1 cuchara aceite 1
cuchara coñac 1
cuchara vinagre
Suficiente harina
como para formar
una masa seca

Preparación.- Bata las yemas hasta que queden espumosas y casi blancas. Añada el azúcar, el aceite, el coñac y el vinagre, batiendo siempre. Al final aumente, poco a poco, la harina hasta formar una masa algo seca.

Frote la masa sobre la mesa, hasta que le salgan ampollitas y revienten como chiclet. Deje reposar 1/2 hora y después estire hasta 1/8 cm. de espesor. Corte redonditos con cortapastas. Coloque, en latas ligeramente enmantecadas, al homo a 250 grados por espacio de 10 minutos.

Antes de poner al homo, pinche con un tenedor la base de cada masita. Cuando estén listas, rellene con miel de caña muy espesa, junte de 2 en 2 y ponga alrededor de cada alfajor un poco de coco rallado.

MASA BASE PARA CACHOS Y PAN DE SANDWICHES

(Receta semi-industrial)

Ingredientes

2 1/2 kilos harina
blanca
1 1/4 kilos manteca
8 cucharillas royal 4
yemas
200 gramos azúcar
granulada 1 1/2
cucharas sal molida
(90 gramos) 1 litro
agua fría

Preparación.- Ponga en un recipiente la harina cernida con el royal. Adicione la manteca. Frote con las palmas de las manos, hasta formar migas. En otro recipiente mezcle el agua con el azúcar, la sal y las yemas. Vierta sobre la harina y haga una masa suave, sin frotar, porque se hace elástica. Deje reposar unos 15 minutos.

En una mesa enharinada estire la masa hasta 1/2 cm. de espesor. Para hacer cachos, corte tiras largas de 1 1/2 cms. de ancho y envuelva en los moldecitos en forma espiral empezando por la punta. Encima unte con huevo batido y coloque en latas enmantecadas. Ponga al horno caliente por espacio de 10 a 12 minutos, hasta dorarlos. Saque de los moldecitos y guarde hasta el momento de rellenar.

Para los sandwiches, estire la masa de 1/2 cm. de espesor, en forma cuadrada. Unte la mitad del cuadrado con manteca tibia y tape con la otra parte. Corte redondeles y cocínelos en horno mediano, en latas ligeramente enmantecadas. Cuando estén listos, divida cada uno para decorarlos con jamón, paté, mariscos o lo que desee.

Ingredientes

1/2 kilo jamón o
mortadela con
pepinos
1 1/2 tazas mayonesa
5 pepinos en
escabeche 1 pimiento
rojo picado en cubitos
Jinos

RELLENO SALADO PARA CACHOS

Preparación.- Pique el jamón o la mortadela en cuadraditos finos, igual que los pepinos y los pimientos.

Mezcle todos los ingredientes y rellene los cachos, momentos antes de servir.

RELLENO DULCE PARA CACHOS

Preparación.- Bata la crema hasta que empiece a espesar, añada el azúcar cernida y, al final, la vainilla.

Ingredientes

1 litro crema de leche
1 taza azúcar molida 1
cuchara vainilla

La crema está lista cuando empieza a formar figuras al batir. Póngala, poco a poco, en una manga con boquilla lisa y rellene los cachos.

Ingredientes

3 tarros de atún en
aceite desmenuzado 2
cucharas aceite 1 taza
arvejas cocidas en
agua y sal
1 taza pimientos rojos
picados
2 tazas mayonesa
1 cucharilla pimienta
molida
6 pepinos picados en
escabeche 10
aceitunas negras
picadas en gajos 1
cucharilla pimentón
rojo molido

Ingredientes

300 gramos harina
blanca 200 gramos
mantequilla con sal
100 gramos azúcar
molida y cernida 1
cucharilla vainilla 1
cucharilla canela
molida

Ingredientes

1 taza de mantequilla
o manteca Karina 1 / 2
taza azúcar blanca
1/2 taza de chancaca
raspada 1 huevo
1 / 4 cucharilla sal 1
/ 2 cucharilla
bicarbonato
1 cucharilla esencia de
vainilla
2 1/2 tazas de harina
1 / 2 taza nueces
picadas

RELLENO CON ATUN

Preparación.- Disuelva el colorante rojo (pimentón molido) en las 2 cucharas de aceite y mezcle muy bien con todos los ingredientes señalados. Pruebe si tiene sal suficiente.

Con este preparado rellene bombitas, cachos o tartaletas para coctel. Téngalo listo una hora antes de servir.

POLVORONES

Preparación.- Cierna la harina en un recipiente, agréguele la mantequilla, el azúcar, la vainilla y la canela molida. Haga una masa suave, algo quebradiza. Deje reposar una hora y, luego, forme bolitas del tamaño de una nuez. Colóquelas en latas ligeramente enmantecadas, cubiertas con papel a 1 1/2 cm. de distancia. Presione con el dedo el centro de cada una y adórnela con un pedazo de fruta abrigantada. Unte con huevo batido.

Lleve a homo caliente por 10 a 12 minutos, hasta que queden ligeramente doradas.

BIZCOCHOS O TOSTADAS PARA EL TE

Preparación.- Mezcle el azúcar blanca, la chancaca y la manteca o mantequilla. Agregue el huevo batido, la sal, el bicarbonato, la vainilla, la harina y las nueces picadas. Amase hasta que todos los ingredientes estén bien unidos. Divida la masa por la mitad. Forme con cada pedazo un rollo de 5 cms. de diámetro.

Envuélva los rollos en papel mantequilla. Déjelos en el refrigerador por una hora, y luego corte tajadas finas con cuchillo filo. Hornee por espacio de 12 a 15 minutos a fuego fuerte, en latas previamente enmantecadas.

ROSCAS DE CANELA YUNGUEÑAS

Ingredientes

10 yemas de huevo
1 cucharilla canela molida
1 /2 cucharilla sal
2 cucharillas rasas polvo de hornear (royal)
1 1/2 cucharas coñac
1 1/2 tazas harina blanca
2 litros de agua para hervir las rosas
2 claras para merengue
1 taza azúcar molida
1 cuchara jugo de limón o 1 cucharilla ácido acético

Preparación.- Bata las yemas hasta que estén muy espumosas, casi blancas. Incorpore la canela molida, la sal, el coñac y al final, la harina cernida con el royal. Forme una masa algo seca y frótela mucho, hasta que se formen ampollas y revienten como chiclet. Untese ligeramente las palmas de las manos con manteca y, sobre la mesa, estire unas tiras cilíndricas. Divídalas en pedazos de 10 cms. más o menos, y forme unas rosas, uniendo los extremos con clara de huevo.

Cuando estén listas, hágalas hervir en una cacerola poniendo las rosas de 5 en 5 por vez. Inmediatamente que suban a la superficie, vuelquelas dejando cocer unos 2 minutos más, sacándolas con una espumadera, sobre un secador. Luego colóquelas en latas ligeramente enmantecadas a horno regular, por espacio de 20 a 25 minutos, hasta que queden doradas y cocidas por dentro.

Una vez frías, emplee un pincel para cubrirlas con merengue hecho con las 2 claras batidas a punto nieve, el azúcar molida y el jugo de limón o ácido acético. El saldo de las claras sirve para torta de merengue o merenguitos pequeños.

ROSQUITAS DE NARANJA

Ingredientes

4 1/2 tazas harina 3
cucharillas colmadas
royal 1 cucharilla
bicarbonato de soda 1
taza jugo de naranja 1
taza azúcar granulada
1 taza aceite para masa
2 huevos
1 cucharilla sal molida
1 1/2 cucharas cáscara
de naranja raspada
1 1/2 tazas aceite

Preparación.- Bata el aceite con el azúcar y agregue las yemas, siempre batiendo. Añada la sal, la cáscara de naranja, el jugo de naranja, el bicarbonato de soda. Cierna la harina con el royal e incorpórela al batido., Forme una masa que se pueda trabajar con las manos. Frótela sobre la mesa por 10 minutos, pártala en pedazos y, con un uslero, estírela hasta 1/2 cm. de espesor. Corte con un cortapastas de rosas. Cuando haya terminado de formar todas las rosas, caliente el aceite en una sartén honda y frías de 5 ó 6 a la vez. Cuando estén doradas de un lado, voltee las del otro; sáquelas con una espumadera sobre una fuente con servilletas de papel. Sirva, espolvoreándolas con azúcar molida o con jarabe hecho de 1 1/2 tazas de jugo de naranja con 1/2 taza de azúcar, ponga a hervir en una olla, por 20 minutos.

Nota.- Se puede hacer estas rosas, cambiando con jugo de mandarina y cáscara de mandarina.

PANQUEQUES O CREPES SUZETTE (MASA BASE)

Ingredientes

3 huevos 1 taza leche
1 1/2 cucharillas
mantequilla derretida
2/3 taza harina
blanca cernida 1/4
cucharilla sal 1 1/2
cucharillas azúcar
para crepes dulces y
1/2 cucharilla para
salados

Preparación.- Bata los huevos hasta que aumenten al doble. Añada la leche con la mantequilla derretida, la sal y el azúcar. Aumente la harina cernida y bata muy bien con batidora eléctrica. Enfriela en el refrigerador por 1 hora.

Unte ligeramente la base de una sartén especial para freir panqueques, con muy poca mantequilla. Póngala a calentar, eche 2 cucharas de masa y con el mango de la sartén, ladée de un lado a otro para que se esparza a toda la base y queden delgados los crepes. Con una espátula déles vuelta para que se doren del otro lado. Colóquelos en una fuente plana, uno encima del otro.

Repita la operación hasta terminar la masa. Se sirve con cualquier mermelada, crema de leche, budín de caramelo o chocolate royal. Envuelva empezando de una punta a la otra en forma de canutos. Con una espátula póngalos en una fuente plana. También puede prepararlos con relleno salado de palta, atún con mayonesa, jamón con mayonesa, camarones o langostinos con salsa verde o ketchup (salsa de tomate). Para esto suprima 1 cucharilla de azúcar de la receta de la masa.

WAFLES

Ingredientes

1 1/2 taza harina
blanca
2 cucharillas rasas
royal
1/2 cucharilla sal
molida
2 cucharas rasas
azúcar granulada
3 huevos enteros
1 1/2 tazas de leche
2 cucharillas vainilla
7 cucharas aceite

Preparación.- Caliente la waflera a lo máximo. Mezcle los 4 primeros ingredientes secos. En un recipiente ponga los huevos, la leche, la vainilla y aceite. Finalmente mezcle todos los ingredientes juntos y bátalos para que no queden grumos en la masa, que debe quedar algo líquida.

Cuando esté lista ponga a la waflera 2 1/2 cucharadas de masa. Tape la waflera y espere unos segundos. Vacíe con cuidado y caliente nuevamente la waflera. Eche la masa hasta que se haya acabado. Puede rellenar con dulce de leche, alguna mermelada o relleno salado.

CHURROS

(MASA BASE)

Ingredientes

1 litro agua 1 / 2 litro
aceite para freír
churros 1 / 2 cucharilla
sal 1 1 / 2 cucharas
manteca
1 ¡2 kilo harina blanca
cernida
2 1/2 cucharillas
royal

Preparación.- En una ollita ponga a hervir el agua, la manteca y la sal. Cuando esté hirviendo, retírela del fuego y agregue de golpe la harina cernida. Mezcle muy bien y batiéndola constantemente, póngala a fuego lento unos tres minutos hasta que quede lisa, algo transparente. Apártela del fuego, déjela enfriar y recién añada el polvo royal. La preparación debe quedar consistente, de lo contrario los churros se abren al freirlos.

Coloque esta preparación en una manga con boquilla rizada gruesa, presione fuertemente y deje caer, cortando los churros de 8 a 10 cms. Una vez fritos espolvorée con azúcar molida o miel de caña. Se los sirve con chocolate.

ROSCAS ' DOUGHNUTS'¹

Ingredientes

3 cucharas
mantequilla con sal
1 hueix)
2/3 taza azúcar
granulada
4 cucharillas polvo de
hornear royal
1 / 2 cucharilla sal
1 / 2 cucharilla canela
preparada
3/4 taza de leche
3 tazas harina blanca
1 1 / 2 tazas aceite
para freír
1/2 taza zanahoria
raspada
1 cuchara cáscara de
naranja raspada
2 cucharas azúcar
molida

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, sal, canela preparada y la raspadura de cáscara de naranja, hasta que quede cremosa. Añada el huevo y la zanahoria raspada.

Mezcle con la harina y el polvo de hornear (cernidos juntos) alternando con la leche, hasta que quede una masa que se pueda trabajar con las manos.

En caso de que esté suave, aumente un poco de harina. Con un uslero y en mesa enharinada, estire la masa a 1 cm. de espesor. Corte con un molde especial para rosas o con un vaso y, el centro, con un moldecito chico.

Caliente el aceite en una sartén honda y fría las rosas, unas 4 a la vez. Cuando estén doradas de un lado, vuélquelas del otro. Sáquelas con una espumadera a una charola cubierta con servilletas de papel.

Sirva espolvoreadas con azúcar molida.

BUÑUELOS TIPICOS BOLIVIANOS

Ingredientes

3 1/2 tazas de agua tibia
5 1/2 tazas harina blanca
1 cuchara levadura en granos o 1 trozo de levadura en pasta
3 cucharas azúcar granulada
1 cuchara rasa sal molida
1 cuchara anís lavado si se desea
2 1/2 tazas aceite para freír

Preparación.- Remoje la levadura y el azúcar en agua tibia. Cuando salgan ampollitas a la superficie, añada la sal. Mezcle muy bien y añada la harina cernida, formando una masa elástica y algo aguanosa.

Bata por unos 10 minutos con una cuchara de palo. Esto se hace para que leude pronto la levadura. Ponga el recipiente tapado con un paño de cocina en un lugar abrigado, hasta que la masa aumente más del doble. Pruebe esto poniendo el dedo sobre la masa. Si se hunde, está lista para freír.

Ponga el aceite al fuego, en una sartén honda. Cuando esté caliente, mójese las yemas de los dedos en agua fría, tome un pedazo de masa, estírelo haciendo un hueco al centro y coloque a la sartén con cuidado, para que no salte el aceite caliente. Fría unos 2 buñuelos a la vez.

Cada vez que ponga una masa a la sartén, ensártela en el centro con un alambre especial y haga dar vueltas para que adquiera forma circular y se hinche más. Dore de un lado y luego del otro. Sáque los buñuelos en una fuente, cubierta de servilletas de papel. Sirva con miel de caña.

EMPANADAS FRITAS

(MASA BASE)

Ingredientes

500 gramos harina blanca (1/2 kilo) 100 gramos manteca
1 cucharilla sal
2 cucharas azúcar
1 cuchara vinagre de uva
1 cucharilla royal 1
taza agua Jria

Preparación.- Cierna la harina y el royal; agrégueles la manteca ya derretida, el agua, la sal, el azúcar y el vinagre. Forme una masa que se pueda trabajar con facilidad. Déjela reposar por 1 / 2 hora en lugar abrigado, cubierta con un paño de cocina.

Luego divídala en porciones más grandecitas que una nuez. Forme bolitas y, con un uslero, estírelas en óvalos delgados. Puede rellenarlas con relleno dulce o salado, según la aplicación que desee darles.

Ingredientes

RELLENO DE CHARQUE O CARNE MOLIDA FRESCA

Preparación.- Dore la cebolla en la manteca. Añádale el tomate y todos los condimentos. Deje cocer unos 5 minutos, removiendo constantemente. En una cacerolita haga cocer el charque cubierto con agua, por 1/2 hora. Sáquelo y martájelo en la piedra de moler hasta que quede como envejecido, píquelo menudo y mézclelo con la cebolla. Deje que enfríe y rellene cada óvalo con una cucharilla del relleno, 5 pasas y un pedazo de huevo duro. Una los extremos humedeciéndolos con clara de huevo. Repulgue y forme todas las empanadas. Una vez listas, fríalas en una sartén honda, en 1 1/2 taza de aceite caliente. Sáquelas sobre una fuente cubierta con servilletas de papel espolvoreadas con azúcar molida.

Supla el charque con la carne molida, haciéndola cocer junto con la cebolla. También puede rellenar con queso fresco mezclado con huevo o con una cucharilla de dulce de lacayote, "cabello de ángel".

EMPANADITAS FRITAS (II)

Preparación.- En una cacerola ponga al fuego el agua con la sal, el azúcar y la mantequilla. Cuando esté hirviendo aumente de golpe la harina cernida y mezcle muy bien con una cuchara de palo. Cuando enfríe, amase con las manos y póngale el huevo y el royal. Forme una masa suave. Cúbrala con una servilleta por unos 15 minutos.

Divida la masa en 30 bolitas del tamaño de un limón y, con un uslero pequeño, estírelas muy delgadas en forma ovalada. Al centro de cada masa, ponga una cucharilla de queso mezclado con huevo, tápelas con la mitad de la masa y repúlguelas para evitar que salga el queso.

Para freir, ponga en una sartén 1 1/2 tazas de aceite y cuando esté caliente, fría las empanaditas de 4 en 4 por ambos lados. Sáquelas con cuidado en una fuente cubierta con servilletas de papel y con un cernidor fino espolvoree con azúcar molida.

Ingredientes

1 kilo harina blanca
2 tazas aceite 1 1/2
cucharillas
royal
4 onzas manteca
4 tazas agua hervida
1 cucharilla sal
molida
2 cucharas azúcar
granulada
Ingredientes relleno
5 quesillos frescos 1
huevo entero

Ingredientes masa

5 tazas harina blanca
5 cucharas manteca
2 onzas levadura en
pasta
1 cucharilla colmada
sal molida
3 cucharas rasas
azúcar granulada
2 tazas agua tibia
Ingredientes relleno
3 cucharas aceite
1 cuchara colorante
rojo para pintar
empanadas 1 cuchara
colmada mantequilla 1
cuchara colorante rojo
en polvo 1 cuchara ají
rojo molido para salsa
1 taza aguapara salsa
3/4 taza harina blanca
para salsa 1 1/2 tazas
agua para disolver
harina 5 quesillos o
queso fresco
desmenuzado

EMPANADAS FRITAS INFLADAS (PASTELES)

Preparación.- En un recipiente cierna la harina con el royal. Añada la manteca derretida y caliente junto con el agua hirviendo, la sal y el azúcar. Bata con una cuchara de palo hasta formar una masa algo seca. Cuando enfrie, mézclela con las manos y haga bolitas del tamaño de una nuez.

En una mesa o mármol, con un uslero, estírelas muy delgadas en forma ovalada. Rellénelas con 1 cucharilla de queso fresco, estrujado y mezclado con 1 huevo. Junte los contornos y repulgue, pasándoles con un poco de agua para que se peguen.

LLAWCHA'S PACEÑAS

Preparación.- Disuelva la levadura en el agua con el azúcar. Cuando salgan ampollitas a la superficie, aumente la sal y la manteca derretida tibia, luego la harina cernida. Forme una masa suave, frote mucho sobre la mesa enharinada y deje reposar una hora en lugar abrigado. Divida la masa en 40 bolitas del tamaño de una nuez.

Relleno.- En una olla ponga al fuego el agua, la sal, la mantequilla, el colorante y el ají. Cuando empiece a hervir, aumente de golpe la harina disuelta en el agua; remueva constantemente y deje cocer por unos 3 a 4 minutos, hasta que quede transparente.

Cuando enfrie, añada el quesillo o queso desmenuzados, mezcle todo bien. Con uslero estire las masas sobre una mesa enharinada en forma ovalada. Ponga, al centro de cada una, 1 cuchara de queso compuesto. Repulgue y unte por encima con colorante disuelto en el aceite.

Coloque en latas previamente enmantecadas, en un lugar abrigado para que hinchén. Hornee a 300 grados por 12 a 15 minutos, hasta que queden doradas.

Nota.- Las masas que llevan bicarbonato no se las puede freír, porque se desmenuzan en el aceite caliente.

ALFAJORES DE MAIZENA

Ingredientes

200 gramos
mantequilla (1
paquete) con sal 1 taza
azúcar granulada
1 cuchara coñac
2 huevos enteros
2 yemas de huevo
3 tazas maizena
3/4 taza harina
blanca
1 cuchara ralladura de
cáscara de limón
2 cucharillas royal

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar hasta que esté cremosa. Añada los huevos, uno por uno, el coñac y la cáscara de limón, siempre batiendo. En un recipiente cierna los ingredientes secos y mézclelos con la preparación anterior. Forme una masa suave y déjela reposar por 1/2 hora, en lugar fresco.

En una mesa enharinada, con un uslero, estire pedazos de masa de 1/2 cm. de espesor. Córtelos con cortapastas en redondos de 3 cms. de diámetro, más o menos. Póngalos en latas ligeramente enmantecadas a 1 1/2 cm. de distancia. Lleve a horno, a temperatura regular de 200 grados, por espacio de 12 a 15 minutos.

No deben quedar muy tostados. Cuando enfrien despréndalos cuidadosamente de la lata con una espátula, porque se rompen muy fácilmente.

Rellene con 1/2 cucharilla de dulce de leche uniendo de 2 en 2. Espolvoree con azúcar molida o coco rallado, alrededor de las uniones.

BOMBITAS

Ingredientes

1 taza agua 1 taza
harina 1 cuchara
manteca o
mantequilla 1
cucharilla rasa sal
molida
4 huevos enteros

Preparación.- En una ollita, ponga al fuego el agua, la sal y la manteca o mantequilla. Cuando empiece a hervir eche de golpe la harina cernida. Remueva y deje cocer por unos 3 minutos a fuego lento. Deje entibiar la masa en la olla tapada y luego aumentele los huevos, uno por uno, mezclando muy bien, después de cada adición. Ponga la masa en una manga, con boquilla rizada ancha, forme bombitas sobre una charola ligeramente enmantecada, presionando sobre esta para que salgan masitas del tamaño de una nuez, separadas una de otra a 1 1/2 cms. de distancia. Métalas al horno a 250 grados, hasta que queden doradas. Déjelas unos 5 minutos más en horno apagado, para que no se aplasten.

Puede rellenarlas con crema dulce o salada. También sirven para entrada, rellenas con atún o pollo picado.

Ingredientes

STRUDEL DE PLATANO

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal, hasta que quede cremosa. Añada las yemas una por una, luego las claras batidas a punto nieve, el coñac, la vainilla y el agua. Mezcle muy bien y, finalmente, agregue la harina cernida con el royal. Amase todo hasta que forme una masa suave.

Déjela reposar unos 20 minutos, luego pártala en 5 pedazos. Sobre una mesa enharinada estire cada una, con un uslero, a 1/2 cm. de espesor.

Una vez pelados y estrujados los plátanos con un tenedor, colóquelos en un recipiente y mézclelos con todos los ingredientes, menos el azúcar molida. Divida la mezcla en 5 porciones. Unte cada masa estirada con este preparado y empiece a envolver por un extremo, hasta terminar, formando un rollo.

Ponga los rollos en latas de horno, previamente enmantecadas, a 4 cms. de distancia uno de otro y úntelos, por encima, con plátano estrujado. Lleve a horno regular, 250 grados, para que cuezan con calma y no se quemen solamente por encima.

Cuando estén listos, córtelos en rodajas de 3 cms. de tamaño y sírvalos espolvoreando con azúcar molida.

CUÑAPES

Preparación.- Cierna la harina con el royal. Aumente el queso y los huevos. Forme una masa algo seca. Ponga en latas ligeramente enmantecadas, en bolitas más grandes que una nuez, separadas a 2 cms. de distancia.

Lleve a horno caliente a 250 grados, hasta que los cuñapés queden ligeramente dorados. Sírvalos calientes, con té o café. Para guardarlos, póngalos nuevamente a horno templado por unos 15 minutos, así quedan crocantes.

Estos cuñapés se llaman "abizcochados" y se los puede guardar por mucho tiempo, sin que se malogren.

TAWA - TAWAS

Ingredientes

3 tazas harina blanca
1 cucharilla vainilla 1
cucharilla royal 1
cucharilla sal molida
1 cucharilla canela
preparada
2 cucharas manteca o
mantequilla con sal
1 huevo entero y 2
yemas
1 cuchara coñac o
singani 3/4 taza leche
1 taza miel de caña
1/2 litro aceite para
freír

Preparación.- Cierna la harina con el royal. Agregue la mantequilla y frote con las palmas de las manos hasta que se formen migas. Añada la leche, juntamente con los huevos, el coñac, la vainilla, la canela preparada y la sal. Forme una masa suave y déjela reposar en una bolsa de plástico por unos 20 minutos. Luego frótela hasta que reviente como chiclet.

Con un uslero, estire hasta lograr 1/2 cm. de espesor y córtela en tiras de 2 1/2 cm. de ancho y 8 cm. de largo. Ponga a calentar el aceite en una sartén honda y fría de 4 en 4 a la vez.

Sáquelas en una fuente cubierta con servilletas de papel. Sirvalas rociadas con miel de caña.

ROSCAS DE CANELA

Ingredientes

6 yemas de huevo 3/4
taza de harina cernida
1 cucharilla canela
molida
1 1/2 cucharas coñac
1 cucharilla royal

Preparación.- Bata las yemas hasta que estén espumosas y casi blancas. Agregue la canela, luego la harina cernida con el bicarbonato y el coñac, y forme una masa algo elástica. Frótela mucho hasta que se formen y revienten ampollitas. Estire una tira larga, en forma cilíndrica y corte unos pedazos de 12 cm. de largo. Forme roscas, uniendo las dos puntas con un poco de clara de huevo y presione para que queden muy pegadas. Cuando haya terminado de hacer todas las roscas, ponga 3 litros de agua, con 1 cucharilla de sal en una olla a fuego fuerte. Cuando esté hirviendo a borbotones, meta las roscas y déjelas unos 3 a 4 minutos. Sáquelas con una espumadera, escúrralas sobre un secador, llévelas al sol en una charola y póngalas a secar por unos 30 minutos.

Luego coloque las roscas en latas enmantecadas y póngalas al horno mediano, por unos 15 a 20 minutos, hasta que estén cocidas y reventadas como rosas. Sáquelas y déjelas enfriar. Prepare un glacé con 1 clara de huevo, 3/4 taza de azúcar molida cernida y 1 cuchara jugo de limón. Con un pincelito pase enteramente las roscas con el glacé.

MASA BASE DE HOJA

Ingredientes

200 gramos
mantequilla con sal
(1 paquete)
200 gramos harina
blanca (13/4 tazas) 1
/2 taza agua Jha 1 /2
cucharilla sal 1 /2
taza harina para
espolvorear

Preparación.- Ponga la harina cernida en una mesa y divídala en cuatro partes iguales. Amase una de ellas con la mantequilla, formando un pan cuadrado. Con las tres cuartas partes restantes de la harina, el agua y la sal, prepare otra masa y forme otro pan cuadrado. Ponga cada uno en un plato plano, espolvoreando con harina. Lleve al freezer por 15 minutos.

1er. doblez. Saque las 2 masas y estire la masa de harina y agua con un uslero, en forma cuadrada, de 35 cm. por lado. Al centro de ésta coloque el pan de mantequilla y doble primero una parte de la masa, cubriéndolo luego la otra parte, encima de la primera. Luego doble el envoltorio, una parte para arriba y otra abajo, formando un cuadrado más pequeño.

Después de cada doblez, ponga al freezer por 15 minutos.

2do. doblez. Nuevamente estire la masa en mesa enharinada en forma cuadrada, de 35 cm. por lado. Procure que no se rompa ni se formen ampollas en la superficie de la masa. Estírela con el uslero en toda dirección, hasta formar un cuadrado perfecto y parejo. Doble la parte de arriba hasta el centro y la de abajo debe juntarse al medio con el borde de la primera. Una, doblando ambos extremos de los lados al centro, al final doble en dos, formando como un libro rectangular.

3er doblez.- Estírela esta vez en un rectángulo y una ambos lados pequeños en el centro y otra vez doble como un libro.

El 4to y 5to. dobleces son iguales que el tercero. No se olvide que después de cada doblez tiene que poner al freezer por 15 minutos.

Una vez terminados todos los dobleces, deje la masa en el refrigerador puesta en bolsas nuevas de plástico, hasta el momento de estirar y cortarla para empanadas en cuadrados y rellenar con una cucharilla de quesillo desmenuzado.

Esta masa sirve para galletas de champagne, empanadas, pastel de pollo, torta mil hojas, cachos, palmentas, etc.

En las siguientes páginas observe las ilustraciones de los dobleces.

BRAZO GITANO CON RELLENO SALADO

Ingredientes

5 huevos
1 1/2 tazas harina
blanca
1/2 cucharilla sal 1
cucharilla rasa royal
1 1/2 cuchara azúcar

Preparación.- Bata las claras con la sal a punto nieve. Aumente las yemas y luego el azúcar al final la harina cernida con el royal. Mezcle muy bien y ponga al homo regular en lata de 30 a 35 cms., ligeramente enmantecada, por espacio de 12 a 15 minutos, más o menos.

Una vez lista, tenga preparado un repasador húmedo y vacíe en él, el bizcochuelo.

RELLENO

Preparación.- Mezcle uno de los ingredientes arriba detallados con los pepinos picados y las 2 tazas de mayonesa. Esparza con una espátula sobre el bizcochuelo listo.

Ingredientes relleno

1 1/4 kilo jamón,
mortadela o pollo
finamente picado, o
2 tarros atún o 1
tarro salmón
2 tazas mayonesa
1 1/2 taza pepinos en
escabeche picados
en dados

Envuelva con cuidado, empezando de un extremo de la masa. Nuevamente cúbralo con el secador húmedo, por un momento más.

Luego coloque en una fuente alargada y cubra toda la superficie con el saldo de mayonesa.

Adome alrededor con palmitos, flores de tomate o ramitas de brócoli.

PANCITOS DE COCO PARA EL TE

Ingredientes

1 1/2 tazas harina
blanca
2 cucharillas royal 1/2
taza leche 1/2 taza
coco rallado 3/4 taza
azúcar granulada 1
huevo 1 pizca sal 1
cuchara jugo de limón
50 gramos mantequilla
con sal (1/4 paq.)

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal. Agregue el jugo de limón y el huevo, siempre batiendo. Luego añada la leche y, al final, la harina cernida con el royal y mezclada con el coco rallado.

Forme una masa como para queque. Enmanteaue molde-citos para molletes y rellénelos con la masa, hasta 3/4 partes.

Haga cocer al homo caliente hasta que queden dorados.

Sírvalos calientes.

MASITAS DE COCOA CON ALMENDRAS

Ingredientes masa

1 taza azúcar
granulada
2 huevos
1 ¡3 paquete
mantequilla con sal
1 cucharilla vainilla
1 1/2 tazas harina
blanca
5 cucharas cocoa
2 cucharillas royal 1/4
cucharilla sal
molida 1/2
taza leche

Ingredientes baño

1 taza azúcar
granulada 1
cuchara miel de
caña
3 cucharas
mantequilla
1 cucharilla vainilla

Ingredientes

3 huevos
3 cucharillas royal
2/3 tazas azúcar
granulada 1
cucharilla sal 1
¡4 taza aceite 1
taza leche
4 tazas harina blanca

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal hasta que esté cremosa. Agregue los huevos, uno por uno, batiendo bien; después de cada adición, añada vainilla y cocoa. Mezcle todo y al final, ponga en moldecitos enmantecados. Haga cocer en homo moderado, durante 15 a 20 minutos. Una vez frías las masitas, cúbralas con baño de chocolate y miel.

BAÑO

Preparación.- En una cacerolita ponga al fuego el azúcar, la miel, la leche y la cocoa. Haga hervir hasta que la mezcla llegue a hilo flojo. Retire del fuego y agregue la mantequilla y la vainilla.

Utilice el baño mientras esté caliente.

Cubra cada pastelito con una cucharilla del baño y adome, encima, con una almendra o nuez partida.

TOSTADAS

Preparación.- Bata los huevos con el azúcar, hasta que quede una preparación cremosa. Añada el aceite, la sal y la leche. Cierna la harina con el royal y forme una masa que se pueda trabajar con las manos.

Forme 4 panes largos y no muy anchos. Colóquelos en latas ligeramente enmantecadas, a 4 cms. de distancia. Póngalos al homo a 225 grados, por 1/2 hora.

Una vez cocidos, déjelos enfriar y córtelos con un cuchillo filo en tajadas delgadas de 1/2 cm. de espesor. Nuevamente mete al homo a 300 grados, por pocos minutos, para que se doren las tajadas por ambos lados.

Ingredientes

4 tazas harina blanca
1 1/4 tazas agua jna 2
cucharillas royal
2 cucharas azúcar
granulada
1 cucharilla sal molida
1 1/2 tazas manteca
de cerdo
2 yemas para la masa
2 claras para el queso
1 huevo entero para
pintar las
empanadas
2 1/2 tazas queso
fresco desmenuzado

MASA BASE PARA 50 EMPANADAS

Preparación.- Cierna la harina con el royal. Mezcle con la manteca, frotando con las palmas de las manos, hasta formar migas. Añada el agua donde haya disuelto la sal, el azúcar y las yemas. Forme una masa suave. Déjela reposar unos 20 minutos. Divídala en 50 partes. Forme bolitas y en una mesa enharinada estírelas en forma ovalada. Mezcle el queso con las claras sin batir y rellene cada masita con 1 cucharilla del preparado. Una los extremos después de haber pasado con una pizca de agua los contornos. Repúlguelas y póngalas en latas ligeramente enmantecadas a homo caliente, por 12 a 15 minutos, hasta que se doren.

Para preparar pastel, cubra una fuente de homo con un trozo de la masa, adelgazado a 1/2 cm. de espesor. Extienda luego el relleno de jigote y cubra con otro trozo de masa del mismo espesor. Lleve a homo caliente hasta que dore.

Ingredientes

1/2 kilo harina blanca
2/3 taza manteca o
crisco
3 yemas de huevo
1 taza leche
2 cucharas royal 2
cucharas nata,
crema de leche o
mantequilla
derretida 1/2 taza
azúcar granulada 1
cucharilla sal
molida

PANCITOS A LA MINUTA

Preparación.- Bata el azúcar con la manteca, las yemas y la sal. Añada la leche, la nata o la mantequilla y luego la harina cernida con el royal.

Amase todos los ingredientes. Forme una masa suave.

Deje reposar un momento y con un uslero estire a 1 1/2 cm. de espesor. Corte en medallones circulares con un cortapastas o un vaso. Ponga al homo caliente, en latas enmantecadas, a 1 1/2 cm. de distancia hasta que queden dorados.

Sírvalos calientes en el té o el desayuno.

COCADITAS

Preparación.- Bata las claras a punto nieve. Agregue el azúcar cernida, siempre batiendo, y aumente el jugo de limón. Al final añada el coco rallado y mezcle muy bien.

Enmanteque una lata para horno y ponga, con una cucharilla, porciones a 2 1/2 cms. de distancia. Haga cocer en homo moderado (250 grados) hasta que estén doradas.

Ingredientes

5 claras de huevo
1 cucharilla jugo de
limón
1 cuchara cáscara
raspada de limón 1/2
kilo azúcar molida (500
gramos)
1/2 kilo coco rallado
fino (500 gramos)

Ingredientes

1 /2 kilo harina de
maíz
250 gramos azúcar
molida (1/4 kilo)
250 gramos manteca 1
cuchara canela molida
1 cucharilla rasa sal
molida

Ingredientes

920 gramos harina
blanca (2 libras)
4 yemas
2 1/4 tazas leche tibia
1 taza azúcar
granulada 1
copa coñac (1/4
taza)
1 cucharilla rasa sal
molida
1 cucharilla canela
preparada 1 cuchara
levadura virgen o un
trozo levadura en
pasta 1 /2 litro aceite
para freír

Ingredientes

125 gramos harina
blanca (1 1/4 tazas)
3/4 taza azúcar (100
grs.)
1 /4 cucharilla
sal
2 cucharas ralladas
cáscara de naranja
4 huevos
2 cucharillas de royal
50 gramos mantequilla
con sal (1/4 paq.)
1/2 taza jugo de
naranja

MAICILLOS, (MASAS TIPICAS PARA TODOS SANTOS)

Preparación.- Bata la manteca con el azúcar, la canela y la sal. Cuando esté cremosa, mezcle muy bien con la harina. Haga bolitas y aplánelas un poco. Póngalas en latas ligeramente enmantecadas a 2 cms. de distancia. Haga cocer en homo templado, hasta que se doren ligeramente. También puede forrar las latas con papel sábana, así se desprenden más rápido y no se rompen al sacarlas.

BERLINESES

Preparación.- En un recipiente disuelva la levadura y el azúcar con la leche tibia. Añada la sal, el coñac, la canela preparada y las yemas. Forme una masa suave. Frótelas mucho sobre una mesa, hasta que forme ampollas que revienten como chiclet. Luego póngala en lugar abrigado, para que aumente al doble.

Forme bolitas del tamaño de una nuez, estírelas con un uslero en forma circular y ponga al centro de éstas 1 cucharilla de dulce de membrillo o de manzana. Tape una masita con otra, pegando los extremos con un poco de clara. Nuevamente póngalas en un lugar abrigado para que hinchen al doble y queden livianas. Ponga en un perolito, 1/2 litro de aceite. Cuando esté caliente, fría las masitas de 3 en 3 hasta que queden doradas por todos lados. Sáquelas en una fuente cubierta de servilletas de papel, espolvoreándolas con azúcar molida. Se las puede servir frías o calientes.

BIZCOCHITOS DE NARANJA

Preparación.- Bata las yemas con el azúcar y la sal, hasta que queden blancas. Añada la mantequilla, siempre batiendo, luego el jugo y raspadura de naranja. Bata las claras a punto nieve y viértalas a la Ira. preparación alternando con la harina cernida con el royal.

Enmantegue moldes para molletes y ponga en cada uno 1 cuchara de masa. Lleve a homo caliente hasta que queden dorados por encima.

Sírvalos calientes para el desayuno o el té.

PASTELITOS CON DULCE DE MEMBRILLO O LACAYOTE

Ingredientes

*3 tazas harina blanca
2 cucharillas royal 1
cucharilla sal
molida 125 gramos
mantequilla con sal
3/4 taza agua fría 2/3
taza dulce de
membrillo o lacayote
3 tazas aceite para
freír*

Preparación.- Cierna la harina con el royal. Agregue la mitad de la mantequilla. Mezcle con las manos, formando migas. Añada poco a poco el agua con la sal disuelta, hasta formar una masa suave, que se pueda trabajar fácilmente.

Déjela descansar, por 15 minutos cubierta con un plástico.

Estírela a 1/2 cm. de espesor. Unte toda la superficie con la mitad de la mantequilla, previamente suavizada al sol, espolvoree con harina, dóblela en 4 partes y póngala al freezer por 10 minutos.

Luego, nuevamente, estírela a 1/2 cm. Untela, como la primera vez, con mantequilla y espolvoréela con harina; esta vez dóblela, uniendo los extremos de arriba y abajo al centro, igual que los extremos de los lados.

Al final dóblela en dos, formando como una cartera. Llévela, nuevamente, al freezer por 13 minutos. Después de esto estírela nuevamente hasta 1/2 cm. de espesor en una mesa enharinada y con una ruedita corte cuadrados de 6 cms.

En el centro de cada uno ponga 1/2 cucharilla de dulce de membrillo, cúbralas con otra masa presionando a los extremos, pasados antes con un poco de agua o de clara de huevo.

Fría en una sartén honda con abundante aceite, no muy caliente al comienzo, para que esponjen; recién aumente el fuego cuando de vuelta para que doren rápidamente. Deje enfriar un poco la manteca al poner nuevas masas, para que las masitas cuezan desde adentro y queden como hojas.

Cuando saque los pastelitos, póngalos en una fuente cubierta de servilletas de papel.

Sírvalos espolvoreados con azúcar molida o con miel de caña.

DECIMOSEGUNDA SECCION

*** Comida nacional y variedad
de exquisiteces**

Ingredientes

SAISE PACEÑO

Preparación.- Pique la carne en cuadrados de **1 1/2** cm. En una sartén dore en aceite el ají y la cebolla, añada el tomate, las habas, las arvejas, la pimienta, la sal, el comino y el orégano. Deje cocer unos 15 minutos, agregue la carne picada y el agua. Tape la olla y deje cocer todo junto, 30 minutos más o menos.

El saise debe tener un poco de jugo espeso, en caso de que falte, añada 1 taza de caldo.

Sirva caliente con papa blanca y chuño phuti con salsa de cebolla encima.

RANGA RANGA O CHIRI PACEÑO

Preparación.- Lave la panza (libro) en la corriente de la pila, hasta sacar las últimas partículas de suciedad que queden en el rincón de las hojas. Despréndalas frotando las manchas negras que están adheridas a la panza. Saque de encima grasas y flemas.

Una vez así, póngala sobre una madera de cocina, píquela muy menuda con un cuchillo filo, y déjela escurrir en una coladera.

En una sartén, fría el ají con el aceite. Añada 1 taza de agua, removiendo constantemente. Aparte del fuego. Condimente con el comino, la pimienta, la sal y el orégano.

En una olla haga hervir el agua, agregue la panza picada y deje solamente unos 2 a 3 minutos para que apenas comience a hervir. Escurra el agua en una coladera y nuevamente lleve al fuego, pero esta vez sin agua, por 1 minuto, para que escurra completamente todo el líquido que tiene.

Cubra con el aderezo de ají y condimentos. Mezcle muy bien. Sirva caliente, con papas peladas y cocidas en agua con sal y chuño phuti con quesillo y huevo.

PICANTE PACEÑO DE LENGUA

Ingredientes

1 lengua de 1 1/2 kilos
2 1/2 litros agua para
cocer lengua
1 cuchara sal molida
1 ramita yerba buena
1 zanahoria entera
pelada
1 cuchara jugo de
limón
1 cebolla entera con las
hojas verdes

Ingredientes salsa

3 cucharas aji
amarillo molido
1 cuchara colorante
amarillo molido (si
desea)
1 /4 taza aceite para
freír aji
1 cucharilla comino
molido
1 cuchara orégano
desmenuzado

Preparación.- Con un cuchillo raspe la lengua para eliminar las flemas que tiene. Lávela en varias aguas y póngala a cocer en una olla con el agua, la sal, la hierba buena, zanahoria, jugo de limón y cebolla, hasta que quede suave, más o menos 2 1/2 a 3 horas en olla corriente y 1 hora en olla de presión.

Cuando esté cocida, saque la piel que la cubre. Ponga en una madera de cocina y, con un cuchillo filo, corte tajadas delgadas al sesgo.

Prepare la siguiente:

SALSA

Preparación.- En una sartén ponga el aceite, añada el ají, el colorante, el comino y el orégano. Deje cocer a fuego lento, hasta que se dore ligeramente. Echele un cucharón del caldo en que coció la lengua y deje cocer unos minutos más, removiendo constantemente.

En una cacerola coloque las tajadas de lengua, cúbralas con la salsa de aji. Enjuague la sartén con el caldo. Vierta sobre las tajadas el caldo restante, pasado por una coladera. Mezcle muy bien y deje cocer unos 15 minutos.

En caso de que se seque, añada 1 o 2 tazas más de líquido, siempre debe tener jugo para echar encima de las tajadas de lengua.

Cuando este picante se sirva solo, ponga unas 5 tajadas con una papa blanca y chuño phuti.

Si se sirve acompañado con picante de pollo a saise, coloque 2 tajadas por persona.

Ingredientes

2 conejos cuys
1 cucharilla sal
1 litro agua
1 cuchara jugo de limón
1/2 taza aceite 1/2
taza harina blanca
para rebozar

Ingredientes salsa

1 cuchara perejil picado
1 1/2 tazas cebolla
finamente picada 1
taza tomate pelado
picado
3 1/2 cucharas ají
colorado molido
1/4 taza aceite para
dorar cebolla y ají
1/2 taza mani tostado
y molido disuelto en 1
taza de agua
2 tazas agua para
cocer salsa
1 cuchara orégano
desmenuzado 1
cucharilla sal 1/2
cucharilla comino
molido

Ingredientes

5 conejos cuys 1 litro
leche 1 1/2 cucharas
sal 3 dientes de ajo
finamente picados
1/2 taza jugo de
limón
2 cucharas mostaza
2 cucharas
mantequilla con sal
1/2 taza harina 1/2
taza avena molida

PICANTE DE CONEJO PACEÑO CUY

Preparación.- Limpie los conejos, raspando la piel con un cuchillo. Corle las puntas de sus patas. Póngalos a cocer en una cacerola con el agua, la sal y el jugo de limón, hasta que el cuero quede blando, pero no deshecho. Escúrralos y parta cada conejo en 4 partes, partiendo en 2 por el centro de la columna y, luego, separando piernas y brazuelos enteros.

En una sartén tréalos en aceite caliente, después de rebozarlos con harina. Sáquelos en una fuente y prepare la salsa de cebolla.

SALSA

Preparación.- En una cacerola dore la cebolla y el ají con el aceite sobrante en que frió los conejos. Añada los tomates, el comino, el perejil, el orégano, la sal y el agua. Remueva muy bien. Deje cocer unos 15 minutos, siempre removiendo. Añada el mani tostado y molido disuelto en agua y deje cocer unos 3 minutos más. Al final, agregue las presas de conejo. Haga cocer a fuego lento unos 10 minutos.

Sirva con una papa blanca cocida en agua con sal, 1/2 taza de chuño phuti, cubierto con ensalada de cebolla y espolvoreado con perejil.

CONEJOS ESTIRADOS AL HORNO

Preparación.- Lave los conejos y límpielos de pelos. Corte los extremos de las cuatro patas. Póngalos enteros en un recipiente hondo y cúbralos con la leche mezclada con el ajo picado y la sal, por unas 3 horas. Luego escúrralos y condiméntelos con el jugo de limón y la mostaza, untando por todas partes. En una fuente plana ponga la harina y la avena molida y revuelque en ésta los conejos. Lleve al horno en una fuente untada con mantequilla encima de cada uno, coloque unos pedazos de la misma. Déjelos cocer en horno templado hasta que sus cueritos queden crocantes.

Sírvalos calientes, con ocas cocidas al vapor, papas cocidas con su cáscara en agua y ensalada de cebolla con queso, k'allu o soltero.

PICANTE PACEÑO DE POLLO

Ingredientes

1 pollo grande de 2
kilos más o menos
1 1/2 litros agua 3
cucharas de ají
amarillo molido 1
cuchara jugo de
limón
1 cucharilla comino
molido
2 cucharillas
colmadas sal
molida
1 /3 taza aceite para
freír el ají 1 cuchara
orégano
desmenuzado

Preparación.- En una cacerola ponga a cocer el pollo con el agua, el jugo de limón y la sal, hasta que quede suave. Divídalo en 7 pedazos, eliminando los huesos del tórax.

En una sartén, fría el ají con el aceite,. Añada un cucharón del caldo de pollo y agregue los condimentos. Deje que hierva unos 10 minutos, aumentando líquido de vez en cuando.

Si desea que tenga mayor color y que no sea demasiado picante, agregue al ají 1 cucharada de colorante rojo.

Aumente las presas a la salsa de ají y deje cocer todo junto hasta que sazone. No debe quedar seco.

Sirva con 1 papa cocida, chuño phuti con salsa de cebolla, tomate y locoto encima del chuño.

PICANTE COCHABAMBINO DE POLLO

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos
1 1/2 litros de
agua
2 cucharas ají colorado
en polvo o 6 vainas
molidas
Jugo de un limón 1
cuchara colorante rojo
1 1/2 cucharas sal
molida
1 cuchara orégano
desmenuzado 1
cucharilla perejil picado
(menudo)
1 taza tomate pelado y
licuado
1 taza habas verdes 1
/2 taza aceite para
cocer la cebolla y el
ají

Preparación.- En una olla ponga a cocer el pollo con el agua, la sal y el jugo de limón, hasta que esté tierno. Sáquelo y divídalo en 6 presas, sacándole los huesos del tórax.

En una sartén dore la cebolla y el ají en el aceite. Agregue el colorante, el tomate licuado, las habas verdes peladas, el orégano, el comino y el perejil. Coloque todo al caldo donde coció el pollo. Deje hervir unos 10 minutos más, hasta que el jugo espese y queden tiernas las habas.

Sirva una presa de pollo, con una papa cocida en agua, chuño phuti y ensalada de cebolla sobre el chuño.

CHUÑO PHUTI

Ingredientes

1 /2 libra de
chuño
2 huevos enteros
1 /2 taza de
aceite
1 cuchara sal molida
2 litros de agua
1 taza de queso
desmenuzado

Ensalada

1 1/2 tazas de cebolla
picada en rodajas
finas
Jugo de un limón
1 cucharilla sal
1 taza tomate picado
en rallas finas
2 locotos picados en
tiritas delgadas

Ingredientes

1 lengua de 1 1/4 kilos
1 1/2 tazas de cebolla
picada fina 1 cuchara
perejil 1 cucharilla
comino molido
1 cuchara orégano
desmenuzado 1/2 taza
arvejas peladas 3
cucharas ají amarillo
molido (seco)
1 cuchara colorante
amarillo molido 1 /2
taza tomate pelado y
picado 1 /2 taza aceite
para dorar el ají y la
cebolla

Preparación.- Un día antes remoje el chuño en agua tibia. Pele y pique el chuño en cuadrados de 1 1/2 cms. por lado. Lávelo en varias aguas, exprimiendo. Luego haga cocer en una cacerola con agua y sal por espacio de 1/2 hora. Cuando esté suave, escúrralo en una coladera.

En la misma cacerola en que coció, eche el aceite, rompa los huevos, deje que cuajen un poco, añada el chuño, encima el quesillo, y revuelva todo. Sirva 1/2 taza más o menos, por plato, al lado del picante.

ENSALADA DE CEBOLLA

Preparación.- Una vez picada la cebolla en rodajas delgadas, ponga a macerar con el limón y la sal por 1/2 hora, para quitarle la acidez de la misma. Para servir, ponga en una coladera y lávela sin apretarla. Colóquela en una fuente, juntamente con el tomate y locoto. Sirva encima del chuño.

PICANTE COCHABAMBINO DE LENGUA

Preparación.- Lave muy bien la lengua y ráspela con un cuchillo, para quitarle toda la flema que tiene. Ponga a cocer en agua, con 1 cuchara de sal, una zanahoria partida en cuatro, una rama de yerba buena y una cebolla entera. Debe cocer, por lo menos, 2 1/2 a 3 horas. Aumente agua cada vez que disminuya la misma.

Pruebe con un tenedor, si éste penetra suavemente está lista. Cuando enfrie, pélela y corte en rodajas delgadas. Aparte en una sartén con aceite, dore la cebolla y el ají, luego añada las arvejas, el tomate y los demás condimentos. Vacíe en una cacerola y con el caldo en que coció la lengua cúbralo. Deje cocer hasta que las arvejas estén tiernas y las rodajas de lengua tomen la sazón del aderezo. Debe tener un jugo espeso.

Sirva unas 3 rodajas de lengua, eche encima el jugo y las arvejas. Acompañe con chuño phuti cubierto de ensalada de cebolla y la papa blanca entera.

Ingredientes ,

1/2k.de carne blanda
sin grasa ni nervios 10
huevos estrellados 3
kilos de papa 5 tazas
pan molido 1 cucharita
sal molida 1 cucharilla
pimienta molida 5
tazas arroz graneado
cocido
1 1/2 tazas aceite
para freír

silpanchos y papas

Ensalada

2 cabezas de cebollas
grandes
1 cucharita aceite 1
taza tomate picado 1
/2 cucharita vinagre 1
cucharita quíquiña
picada Jíña
3 locotos picados en
tiritas
1 cucharilla sal molida

Ingredientes

2 tazas fideo menudo
1 cucharilla sal para
cocer fideo
1 cucharita aceite para
cocer fideo
2 litros de agua
1 1/2 tazas cebolla
blanca picada fina
1 taza tomate picado
1 quesoillo picado
2 cucharas aceite para
dorar cebolla y
tomate
1 cucharilla sal para el
aderezo de cebolla

SILPANCHOS (PLATO TIPICO COCHABAMBINO)

Preparación.- Corte contra el hilo los pedazos de carne. Condimentelos con sal y pimienta. En un batán o mortero, estire la carne cubierta con pan molido, golpeándola hasta que quede grande y casi transparente.

En una olla haga cocer las papas peladas con agua y sal, hasta que estén blandas pero no desechas; escurra y parta cada papa en 4 rodajas más o menos. Caliente la mitad del aceite en una sartén grande y retueste las papas ligeramente, escúrralas en una fuente cubierta con servilletas de papel.

En el mismo aceite en que doró las papas, fría los trozos de carne una por una.

ENSALADA DE CEBOLLA

Preparación.- Mezcle la cebolla picada en cubitos pequeños con el tomate y la quíquiña, condimente con el vinagre, la sal y el aceite. Sirva en platos planos 1/2 taza de arroz graneado, unas 6 tajadas de papas y la carne con el huevo frito encima. Cúbralo con la salsa de cebolla.

ENSALADA DE FIDEO (Phuti de fideo)

Preparación.- Ponga el fideo en una bandeja, al homo caliente, por 5 minutos para que se dore ligeramente. Esto se hace para que al cocer en el agua con la sal y 1 cucharita de aceite, los granos de fideos queden separados y no formen grumos. Debe cocer en olla destapada por 12 minutos, luego cuélelos y añada la cebolla apenas pasada en el aceite, juntamente con el quesoillo picado. Mezcle muy bien la preparación.

Si desea puede añadir 2 huevos enteros cocidos en el sartén con una cucharilla de aceite. Déjelos enteros, pero remuévalos cuando vea que están cuajados y empiezan a endurecer, luego mézclelos a la ensalada de fideos.

Este fideo sirve como segundo plato o como acompañamiento de riñones o de un bistec de hígado, chuletas de cerdo o de res. Reemplaza al arroz graneado.

ARROZ GRANEADO EN OLLA DE PRESION

Ingredientes

2 tazas arroz
estaquilla de grano
grande
3 tazas agua
1 cucharilla colmada
de sal molida
1 cuchara jugo de
limón
1 ¼ taza aceite para
dorar arroz

Preparación.- En una olla de presión ponga el agua al fuego con el jugo de limón y la sal. Cuando esté hirviendo, añada el arroz ligeramente tostado en el aceite. Deje cocer con la campanita de la olla puesta por 10 minutos. Apague la hornilla y deje la olla tapada hasta que se enfríe y recién destape. Vacíe en una fuente o deje en la misma olla, para que se conserve caliente.

Con este arroz puede hacer arroz "chaufa" o cuando esté todavía caliente, ponerlo en un molde de aro, presionando sobre éste con una cuchara de palo. Luego vacíelo sobre una fuente.

ARROZ A LA VALENCIANA

Ingredientes

1 pollo de 1800 grs.
(1 kilo y 800 gramos)
1/2 kilo lomo de cerdo
1/2 kilo langostinos
1/2 kilo camarones
1/2 kilo chorizos
españoles picados en
rodajas
1 taza tomate licuado
1/4 kilo vainitas
picadas finas 1/4 kilo
arvejas peladas
1 taza cebolla licuada
2 litros agua
1 taza pimienta morrón
rojo, picado en tiritas
1 cápsula azafrán o 1
cuchara colorante
amarillo
400 gramos arroz 1
cuchara sal molida 1
taza aceite

Preparación.- Limpie el pollo de grasa y plumitas. Córtelo en presas pequeñas, eliminando los huesos del tórax. Pique el lomo de cerdo en dados de 3 1/2 cms. más o menos. Ponga en una sartén 1/4 taza de aceite y, en élla, dore el pollo. Luego fría los pedazos de cerdo en su propia grasa. En el aceite restante, dore la cebolla, añada el tomate y demás verduras. Rehogue ligeramente.

Coloque todos los ingredientes en una cacerola. Condimente con la sal y la pimienta. Cubra con el agua hirviendo y deje cocer hasta que las carnes, los chorizos, y las verduras estén tiernas. En una sartén dore el arroz con 1/4 taza de aceite y añada el caldo de verduras y pollo, midiendo que la cantidad de líquido sea el triple que el arroz. Remueva y déjelo cocer, al comienzo por unos 10 minutos a fuego fuerte, luego a suave, hasta que el arroz quede cocido, pero entero. En caso de que el arroz esté duro, añada más agua, solamente para que cueza sin deshacerse.

En el saldo del aceite fría ligeramente los pimientos, añada los mariscos limpios y deje cocer unos 10 minutos. Sirvalo en una fuente grande y cubierto con los pimientos y los mariscos. Haga cocer el arroz minutos antes de servir, para que sea jugoso como recién sacado del fuego.

ARROZ GRANEADO CORRIENTE

Ingredientes

2 tazas de arroz
estaquilla de grano
largo
6 tazas de agua
1 cuchara jugo de
limón
1 / 2 taza aceite para
freír arroz
1 cuchara rasa sal
molida

Preparación.- Ponga el agua con la sal y el jugo de limón al fuego. Cuando empiece a hervir, añada el arroz tostado en el aceite. Deje cocer, al comienzo a fuego fuerte, luego disminuya a lento, hasta que quede blando pero entero.

Demora entre 40 y 45 minutos en nuestro medio. En lugares altos necesita más líquido y mayor tiempo de cocción.

El jugo de limón sirve para que los granos queden separados unos de otros.

MASITAS FRITAS PARA CONSOME

Ingredientes

2 huevos 1 / 2
cucharilla sal 3/4 taza
harina más o menos
1 taza aceite para freír

Preparación.- Ponga los huevos con la sal y mézclelos ligeramente en un recipiente. Añada, poco a poco, la harina cernida, hasta formar una masa consistente, en caso que quede muy seca, ponga 1 o 1/2 cucharilla de agua.

Estire la masa con el uslero, sobre una mesa enharinada hasta que quede muy delgada. Con una ruedita, córtela en cuadraditos o, en redondos, con el revés de una boquilla de decorar.

En una sartén ponga a calentar el aceite y échele unas 12 a 15 masitas a la vez. Deje que se doren y sáquelas con una espumadera.

Póngalas en una fuente cubierta con servilletas de papel.

Estas masitas suplen las papas fritas y quedan muy ricas en una crema de espárragos, de hongos o para un consomé de pollo.

Sirva el consomé en platos hondos o tazas para sopa, con 2 cucharas de masitas fritas.

Ingredientes

6 trozos carne de
cordero
6 trozos carne de res
(pecho)
6 trozos carne de cerdo
con cuero
6 trozos costillar de
vaca hecho charque
1 1/2 cucharas sal
1 papa grande por
persona
1 cucharilla comino
molido
1 o 2 chuños grandes
por persona
6 peramotas
1 tunta por persona
6 peras pequeñas
2 hojas de repollo sin
nervaduras partidas
en 2 por persona
1 1/2 cucharas
orégano
desmenuzado
6 camotes
6 duraznos cocidos al
vapor
3 zanahorias peladas
partidas en
bastoncitos
6 ocas peladas
partidas
2 1/2 litros agua
1 taza garbanzo
remojado día antes y
pelado
1 taza arroz de grano
largo
4 1/2 tazas agua para
cocer arroz
2 cucharas aceite
1 cuchara ají amarillo
tostado, molido y sin
pepas

PUCHERO

Preparación.- En una cacerola ponga a cocer el garbanzo, el charque y el pecho de res con el agua y la sal por 1 hora más o menos. Añada la carne de cerdo y de cordero, hasta que todas las carnes estén blandas igual que el garbanzo. Aumente más líquido, cada vez que sea necesario.

Añada el repollo, las papas, los chuños enteros, y la tunta. Deje cocer todo junto hasta que queden cocidos, pero no deshechos.

En una ollita aparte, ponga el arroz sin tostar, con 4 1/2 tazas de agua, la sal, el aceite y 1 cuchara de jugo de limón, al comienzo a fuego fuerte y al final a fuego lento.

En una sartén dore el ají, con el aceite, el comino, el orégano y la sal al gusto, añada poco a poco el caldo, removiendo hasta que todo quede cocido, más o menos en 5 minutos.

Para servir escurra el caldo en una coladera, sirva la sopa en tazas o platos hondos.

Como segundo plato, coloque en uno plano un pedazo de carne de cada clase, encima una tunta, chuño, papa, repollo y demás verduras y frutas, luego cubra con 2 cucharas de arroz blanco y al final con 1 cuchara de ají.

Sirva con una buena llajwa.

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos 8
nudos de lomo o
rabadilla de cordero
8 trozos pecho de res 8
trozos costilla de res
8 papas 4
zanahorias
2 tazas cebollas
2 tazas tomate en
tajadas
1 cuchara perejil
2 cucharas albahaca 2
hojas laurel
1 cucharilla pimienta 1
cuchara comino 1 taza
pasas sin pepa 1 / 2
taza almendras
españolas.
1 1 / 2 tazas de vino
blanco seco

Ingredientes

6 trozos carne de
cordero
5 choclos
6 papas partidas en 4 1
/ 2 taza de habas
1 taza cebolla licuada
1 taza tomate licuado 1
cuchara ají colorado
1 / 8 taza aceite para
cocer ají
1 1 / 2 cucharas sal
1 cuchara orégano
desmenuzado
1 cucharilla comino
2 dientes de ajo
3 litros de agua
6 huevos (opcional)
2 quesillos (opcional)
1 / 4 kilo tocino
(opcional)

PICANA PACEÑA

Preparación.- Parta el pollo en 8 pedazos, las papas mejor si son grandes y enteras, las zanahorias peladas corte en forma de bastoncitos, de la misma manera pique la cebolla, también pique el tomate en tajadas, el perejil y la albahaca. La pimienta y el comino deben estar molidos. Las almendras deben ser peladas en agua caliente. En una cacerola ponga al fuego el agua y, cuando esté por hervir, aumente las carnes de res, las cebollas, el tomate, el perejil, el comino y la sal, deje cocer por una hora más o menos. Agregue la carne de cordero, cociendo por otra hora, luego las zanahorias y al final, las presas de pollo, las papas, las pasas, las almendras peladas y partidas, las hojas de laurel y el vino. Mezcle todo muy bien y añada agua hervida, la necesaria. Pruebe si está bien de sal y deje cocer hasta que el pollo y las papas estén blandas pero enteras.

Sirva en platos hondos a una clase de carne por persona, 1 papa, 2 ó 3 pedazos de zanahoria y 1 cucharón de caldo encima. En el valle se acostumbra servir con un choclo fresco cocido.

CREMA DE CHOCLO (LAGUA)

Preparación.- Desgrane los choclos y muélalos o licúelos con un poco de agua. Muela el ají colorado y haga cocer en el aceite. El comino debe estar molido y los dientes de ajo picados. Pique en bastoncitos el tocino.

Ponga al fuego una cacerola con el agua y cuando esté por hervir, agregue la carne, la sal, la cebolla, el tomate, el ají frito en el aceite, el comino y el ajo. Deje cocer hasta que la carne esté suave, aumente las habas, las papas y el choclo molido. Remueva muy bien, para que no se hagan grumos y no se pegue al fondo de la olla. Dore el tocino en su misma grasa y mézclelo con la lagua; esto le da un gusto muy rico. Pruebe la sal y añada agua en caso que falte.

Sirva en platos hondos y si lo desea, con unas 3 tajadas de queso al fondo del plato y 1 huevo poché por persona. Cubra con la crema muy caliente (lagua) 4 pedazos de papa, 1 trozo de carne y unos pedazos de tocino. En muchos hogares este plato es único, por ser muy substancioso y completo.

Ingredientes

8 nudos de lomo de
cordero
8 pedazos de chalona
2/3 taza arvejas 2/3
taza habas verdes
1 1/4 taza trigo mote
crudo
2/3 taza zanahoria
pelada y picada
5 tazas papas peladas
y picadas
2 tazas chuño 1 taza
cebolla
1 taza tomate 1 1/2
cucharas sal
3 litros de agua
1 cuchara ají colorado
2 cucharas aceite
1 cucharilla comino 1
cucharilla orégano
desmenuzado 1
cuchara hierba buena
picada Jiña

Ingredientes

6 nudos de carne de
cordero o costilla de
vaca
1 cuchara sal molida 6
papas 1 1/2 taza arvejas
1/2 taza habas verdes
1 taza maní molido
3 litros de agua para
cocer carne
1 taza cebolla 1 1/2 taza
tomate
1 cucharilla comino
2 dientes de ajo
1 cuchara de orégano 1
cuchara perejil 1 1/2
cucharas ají amarillo
molido 1 1/4 taza aceite

CHAIRO PACEÑO

Preparación.- Ponga al fuego una cacerola con el agua. Cuando esté a punto de hervir añada las carnes, el trigo mote, el ají cocido en el aceite, la sal, la cebolla, el tomate, el comino y el orégano.

Deje cocer hasta que la carne quede blanda, luego agregue las zanahorias picadas en tiras finas y largas, las arvejas y las habas y deje cocer unos 10 minutos. Al final ponga las papas picadas muy finas y el chuño martajado y lavado en varias aguas incluyendo el "allpi", que es el saldo de chuño molido que queda en la base del recipiente, donde se lo lavó.

Añada sal si es necesario. Si merma el caldo, añadale unas 2 a 3 tazas de agua hirviendo.

Las papas y el chuño apenas deben dar un hervor, o sea unos 5 a 6 minutos, hasta que las papas estén ligeramente cocidas y enteras.

Sirva caliente con un pedazo de carne y chalona, espolvoreando encima con hierba buena picada. Esta hierba es la que da el sabor típico del chairo paceño.

CALDO DE MANI

Preparación.- Parta las papas peladas en cuatro, pele las arvejas, pique la cebolla menuda y el tomate pelado. Fría la cebolla en el aceite.

En una olla ponga al fuego los 3 litros de agua. Antes que empiece a hervir, agréguele la carne. Deje dar un hervor y ponga la sal, el tomate, la cebolla, el comino, el orégano, el ají, y el ajo retostados en aceite. Luego agregue el maní molido. Deje cocer hasta que la carne quede blanda y cocida. Agregue las habas, las arvejas y las papas. Cocine hasta que estén suaves.

Sirva en plato hondo, con un pedazo de carne y adorne con el perejil.

Ingredientes

4 cubos carne
concentrada
5 tazas agua
hirviendo
3 huevos enteros

Ingredientes

6 nudos de carne de
cordero
1 1/2 libras papalisa 2
cucharas aji colorado
molido 1/4 taza aceite
1 cabeza de cebolla
grande.
2 dientes de ajo 1
tomate grande 1
cucharilla rasa
comino molido 6
papas peladas 1
1/2 taza habas
tiernas peladas 1
cuchara sal
3 litros agua

Ingredientes

1 taza quinua real 6
pedazos de carne de
cordero (lomo)
6 papas 1/2 taza
arvejas 1 1/2 taza
habas 1 zanahoria 1 1/2
cucharilla comino 1/2
taza tomate 1 taza
cebolla 1 1/2 cucharas
aji colorado molido.
1 1/4 taza aceite para
Jreir aji
1 cucharilla orégano 3
litros agua 1 cuchara
perejil

CALDILLO DE HUEVO A LA MINUTA

Preparación.- En una cacerola ponga el agua y los cubos de carne. Cuando esté hirviendo fuerte, aparte del fuego y vierta de golpe los huevos batidos. Mezcle y sirva inmediatamente en tazas soperas. No debe hervir porque se corta el huevo y forma espuma. Si desea, tenga listo pan frito picado en cuadraditos de 1 1/2 cm. y ponga unos 10 pedacitos en cada taza.

CALDO DE PAPALISA

Preparación.- Ponga en una olla el agua y llévela a fuego regular. Cuando esté por hervir, añada la carne partida en pedazos y la sal. Deje cocer unos minutos, y agregue el aji, la cebolla, los ajos, el tomate, el orégano, el comino retostados en el aceite. Inmediatamente, coloque la papalisa martajada. Cocine, luego las papas partidas en 4, hasta que estén suaves.

Sirva caliente.

CALDO DE QUINUA

Preparación.- Ponga al fuego una olla con agua. Cuando esté por hervir, añada la carne y luego la quinua, lavada bn varias aguas y extraídas sus piedritas.

Deje cocer hasta que la carne esté tierna.

Agregue todos los demás ingredientes y, al final, ponga las papas partidas en cuatro, las habas, y las arvejas, junto con la sal. Deje cocer.

La sal se pone al final, porque si se la pone al principio, la quinua no revienta ni cuece.

Sirva adornando con perejil picado.

Ingredientes

4 pejerreyes grandes
partidos en cuatro
c/u ó 16 bogas
1 1/2 tazas cebolla
picada Jiña
1 1/2 tazas tomate
licuado
1 cuchara perejil
picado
1 cucharilla comino
1 cucharilla sazónador
1 cuchara orégano
2 cucharas salsa de
tomate
1 locoto picado en
tiras
1 1/2 taza harina
blanca y 1 taza
aceite para rebozar
el pescado
1 1/2 taza jugo limón
para rebozar
pescado
1 cuchara sal
1 cucharilla pimienta
molida
2 1/2 litros agua
3 papas runas picadas
en bastoncitos
delgados y fritas

Ingredientes

2 tazas quinua real
5 tazas agua 2
tazas leche 1 taza
queso fresco picado
sal a gusto 1 /4
taza aceite

CALDO PACEÑO DE PESCADO (WALLAKE)

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir las cabezas de pescado con el agua y la sal, por 25 minutos a 1/2 hora. Luego, cuele el caldo en una coladera fina, para evitar que queden residuos de espinas o huesos. Dore la cebolla en el aceite y añádala al caldo, juntamente con el tomate, salsa de tomate, sazónador, comino y orégano desmenuzado. Limpie muy bien el pescado de escamas, aletas y espinas. Divídalos en 4 cada uno y cúbralos con el jugo de limón. Aderece con 1/2 cucharilla de sal y pimienta. Deje reposar por 1/2 hora. Ponga a calentar el aceite en una sartén y reboce los pescados en la harina y fría hasta que se doren. Cuando termine de freír, júntelos con el caldo y haga hervir todo por 5 minutos, más o menos.

Sirva en platos hondos con 2 pedazos de pescado al fondo, cubiertos con el caldo y, encima, 1/2 taza de papas fritas, con •perejil picado.

Nota.- En vez de pejerreyes puede suplir con bogas muy escamadas. Proceda igual que con los pejerreyes, con la diferencia de que las boguitas deben servirse enteras, 2 por persona, y extirpadas las cabezas para hacerlas cocer en el caldo.

PESKE DE QUINUA

Preparación.- Lave la quinua en 3 aguas, frotándola con las palmas de las manos. Luego escurra el agua y cámbielavirtiéndola de un recipiente a otro, haciendo un movimiento a los lados, para que caiga solamente la quinua y queden al fondo las piedrecitas que contiene. Haga esta operación unas 3 veces, cambiando el agua continuamente. Cuando compruebe que ya no quedan piedrecitas, póngala en una olla al fuego cubierta con agua.

Deje cocer hasta que empiecen a reventar los granitos y se formen anillitos. Con una cuchara de palo, estrújela sobre los lados de la olla, hasta que quede como puré y recién ponga la sal, la leche y el aceite. Mezcle muy bien. Al final aumente el queso picado y remueva ligeramente. Sirva como segundo plato o acompañando a pescado frito o a algún bife, hamburguesa o guiso de carne.

Ingredientes

1 1/2 tazas cebolla
1 1/2 tazas tomate
1 /2 taza aceite
2 huevos para rebozar
pan
1 cucharilla perejil 1 aji
amarillo entero (kaspá)
6 tajadas pan molde 6
huevos poché 6 tajadas
queso 1 /4 taza harina
blanca 1 /4 libra
camaroncitos secos 1
cuchara sal molida 1
cucharilla comino 1 1/2
cucharillas sazónador
1 cucharilla pimentón
1 cucharilla orégano
1 1/2 litros agua 1 1/2
litros leche

Ingredientes

6 choclos grandes
(tiernos)
6 papas harinosas
(purejas)
3 tazas habajresca con
su segunda cáscara
1/2 taza de aceite 12
tajadas de queso (2 por
persona)
2 litros de agua 1 ;2
taza harina
blanca

CALDO PACEÑO DE VIERNES SANTO

Preparación.- Divida el pan en 2 partes y rebócelas en los huevos ligeramente batidos con una pizca de sal. Fría por ambos lados, en el aceite caliente. Luego, de la misma manera, el queso rebosado en la harina. Guarde en una fuente, en lugar caliente, hasta el momento de servir.

En una cacerola haga hervir el agua y la leche; aumente la cebolla licuada, el ají tostado, el tomate licuado, la sal, los camaroncitos, el orégano desmenuzado, el comino molido, el pimentón molido y el sazónador. Deje cocer unos 30 a 35 minutos. Prepare los huevos poché (Ver manera de preparar pág. 129) y en cada plato hondo ponga 1 ó 2 pedazos de pan frito, 1 ó 2 tajadas de queso fritos y lhuevo poché. Cubra con el caldo hirviendo y encima con unos camaroncitos que cocieron en el caldo. En lugares en que hay mariscos frescos, se sirve con un camarón entero encima del plato, cocido en el mismo caldo. Adorne con el perejil picado.

PLATO PACEÑO

Preparación.- En el fondo de una olla, coloque hojas tiernas de choclo, encima los choclos y cúbralos con otras hojas. Vierta agua y llévelos a cocer a fuego fuerte. Cuando comiencen a hervir añada las habas encima de las chalas, así cuecen con mejor sabor. Deje hervir 3/4 de hora más o menos, hasta que las habas, al tocarlas, estén suaves.

Corte las tajadas de queso de 1/2 cm. de espesor, revuélquelas en harina blanca, puesta en una plato plano.

En una sartén ponga a calentar un poco de aceite y fría en él las tajadas de queso de un lado y otro; ponga unas tres a la vez, para que no se queme el aceite. Las papas deben cocer con cáscara en una olla cubierta con agua, hasta que queden blandas. Escúrralas y pélelas.

Sirva 1 choclo, 2 tajadas de queso frito, 1/2 taza de habas y 1 papa. Ponga en un platillo especial llajwa o jallpa-waica con una cucharilla. La jallpa-waipa no se muele demasiado, como en el valle.

QUESUMACHA

Ingredientes

12 papas harinosas
grandes (purejas) 3/4
litro leche 1 ; 2 litro
agua 1 kilo queso
fresco en rallas
1 1/2 tazas habas
frescas
1 1/2 tazas arvejas
frescas
1 1/2 tazas cebolla
picada
1 1/2 tazas tomate
picado
1/2 taza aceite para
dorar ají y cebolla
1 1/2 cucharas ají
amarillo molido 1
cuchara perejil picado
1 cuchara quilquiña
1 cuchara comino

Ingredientes

1/2 kilo lentejas
1 1/2 tazas cebolla
picada jiña 1/4 taza
aceite
2 dientes de ajo
picados
200 gramos carne
molida o 100 gramos
tocino en bastoncitos 1
cuchara orégano
desmenuzado 1/2
taza tomate pelado y
picado 1 cuchara ají
molido colorado

Preparación.- En una sartén, dore en el aceite el ají y la cebolla. Aumente el tomate licuado, las habas, las arvejas, el perejil, el comino, el orégano, la quilquiña y el medio litro de agua hirviendo. Deje cocer hasta que las habas y las arvejas estén tiernas.

En una olla con agua haga cocer las papas con cáscara, hasta que al tocarlas se puedan pelar con facilidad. Escorra el agua, deje enfriar un momento y pélelas, júntelas a la salsa, añada la leche y el queso picado, remueva con cuidado de no deshacer las papas ni el queso.

Sirva caliente en platos hondos: 2 papas por persona, cubiertas con salsa de queso y jugo, si lo desea, acompañe con un choclo cocido. Este plato es generalmente único, por abundante y nutritivo.

GUISO DE LENTEJAS

Preparación.- Lave las lentejas y remójelas unas 3 a 4 horas antes de cocinarlas. Póngalas a hervir en la misma agua en que remojaron. Dore en el aceite el ají, la cebolla y la carne molida. Añada las lentejas, luego el tomate, el ajo y el orégano. Deje cocer hasta que estén suaves.

Sirva con arroz graneado.

Si desea, ponga el tocino ahumado en bastoncitos, en vez de carne molida, o chorizos españoles partidos en 3.

Ingredientes

1 / 2 kilo porotos
blancos cocidos 3
chorizos españoles 1
taza tomate picado
1 taza cebolla
2 tazas agua
2 dientes de ajo 1
cucharilla pimienta 1
cuchara albahaca
desmenuzada 1
zanahoria 1 y 2 taza
aceite para dorar la
cebolla

Ingredientes

1 / 4 kilo carne molida
sin grasa ni nervios
100 gramos mortadela
con pepinos picada
1 cuchara
mantequilla con sal
2 cucharas aceite
1 taza cebolla picada
fina
1 1/2 taza tomate picado
1 huevo duro para el
relleno
1 cucharilla colmada
royal
1 taza aceite para freir
repollos
1 repollo mediano
1 cucharita perejil picado
2 huevos para rebozar
repollos
1 cucharilla sal
1 diente de ajo picado
1 y 2 taza harina blanca
disuelta en 1 / 2 taza
agua

GUISO DE POROTOS PALLARES CON SALCHICHAS

Preparación.- En una sartén dore la cebolla picada fina en el aceite caliente; añada el ajo picado, el tomate, el agua, la pimienta molida, la albahaca, la zanahoria raspada fina, los chorizos partidos en 3 rodajas y los porotos remojados en la víspera y cocidos con anticipación hasta que queden suaves. Deje cocer unos 20 minutos, hasta que empiece a espesar la salsa. Pruebe si la sal es suficiente. Sirva caliente, acompañado con arroz graneado.

En esta misma forma se prepara el guiso de lentejas, de garbanzos o de cualquier clase de porotos.

ARROLLADOS DE REPOLLO

O "NIÑOS ENVUELTOS"

Preparación.- Deshoje el repollo y extraiga sus nervaduras, apartando sus hojas exteriores. Elija las 12 mejores. Hágalas cocer en una olla con agua y sal. Sáquelas con una espumadera y déjelas escurrir en una coladera. Extienda cada hoja sobre una tabla y coloque 1 cuchara del siguiente:

RELLENO

Preparación.- En una sartén dore la cebolla con el aceite y la mantequilla juntos. Añada el tomate, el perejil, el ajo, la sal y la carne molida. Deje cocer un cuarto de hora, removiendo siempre. Una vez colocado el relleno envuelva muy bien y, cuando se haya terminado de formar los arrollados, prepare en un recipiente los huevos, la harina disuelta en agua y la cucharilla de sal y royal. Mezcle bien y rebose en este batido cada arrollado.

Fría en una sartén en aceite caliente, sáquelos con una espumadera sobre una fuente cubierta con servilletas de papel.

Sirva con ensalada de papas al vino.

HUMITAS BOLIVIANAS

AL HORNO

Ingredientes

16 tazas choclo molido
(12 choclos grandes)
1 1/2 kilo manteca
derretida caliente
1 1/2 tazas azúcar
granulada
3 huevos batidos
ligeramente
1 cucharara sal molida
1/2 cucharara canela
molida
1 cucharara anís entero
fresco, picado o
desmenuzado
4 quesillos grandes
2 cucharillas
colmadas polvo de
hornear royal

Preparación.- Con un cuchillo filo corte longitudinalmente por el centro, la chala de cada choclo. Las hojas de la parte superior hacia el centro son las que sirven, para hacer en ellas las humitas. Saque la chala y limpie los choclos de cabellos o de cualquier grano en mal estado.

Una vez pelados y limpios los chollos corte los granos con un cuchillo filo y muélos en máquina o batán. Mida el choclo molido para que la receta sea exacta.

Póngalo en un recipiente grande y mézclelo muy bien con todos los ingredientes. Coloque las chalas estiradas sobre la mesa y ponga al centro de cada una 2 cucharadas de masa y 1 cucharilla de queso al centro.

En caso de que sean para el horno, doble la chala sobre la masa, primero de la izquierda hacia el centro y luego de la derecha en la misma dirección. Coloque en latas de homo, una al lado de otra, y métalas al homo caliente para que doren pronto y no se sequen al cocer.(300 grados).

HUMITAS BOLIVIANAS

A LA OLLA

Con esta misma masa haga las humitas al vapor, en olla, poniendo en la base de ésta marlos cruzados y sobre ellos chalas del mismo choclo, hasta la altura de 5 cms., más o menos. Cubra con agua solamente hasta las chalas.

Para confeccionar estas humitas, proceda como con las de horno, doblando los extremos de las hojas cubriendo completamente la masa. Corte unas tiras delgadas de las chalas y amarre con ellas las humitas. Si le agradan picantes ponga a cocer aji molido en la manteca, por unos 2 minutos y luego mezcle con todos los ingredientes. También puede disminuir el azúcar a solo 1 taza, en lugar de 1 1/2.

Ingredientes

3 berenjenas
1 cuchara perejil
picado
2 cucharas aceite
2 cucharas
mantequilla con sal
1 /4 kilo carne molida
1 ;2 cuchara orégano
desmenuzado
1/2 taza cebolla
picada Jiña
1/2 taza tomate
pelado y picado
1/2 cucharilla
pimienta negra
molida
1/2 cucharilla sal
molida
2 tazas agua
1 cuchara sal para
remojar las
berenjenas

Ingredientes

1 kilo 800 gramos
harina blanca
400 gramos manteca
de cerdo
2 1/2 tazas de agua 1
cuchara pimentón
molido
1 ;2 taza azúcar
granulada
2 cubos de carne
concentrada
1 1/2 cucharas sal
molida
2 huevos enteros

BERENJENAS RELLENAS AL HORNO

Preparación.- Pele y parta las berenjenas en forma vertical, saque las semillas con una cucharilla, guárdelas en un plato.

Remójelas en el agua con sal por 1/2 hora. Mientras tanto, en una sartén, dore la cebolla con el aceite, auméntele el tomate, el perejil, la sal, la pimienta, el orégano, las pepitas lavadas y exprimidas y la carne molida. Deje cocer unos 15 minutos.

Escurre las berenjenas en una coladera , lávelas y con una cuchara de palo, exprímalas presionando en la coladera. En una fuente untada con mantequilla coloque las berenjenas, rellenas con 1 cuchara del relleno de carne y demás ingredientes. Lleve a horno caliente, hasta que queden cocidas.

MASA PARA 60 SALTEÑAS GRANDES O 100 CHICAS

Preparación.- En una olla ponga a hervir el azúcar, el agua, la sal, la manteca y los cubitos de carne concentrada. Coloque la harina cernida en un recipiente hondo y vierta el agua hirviendo, con todos los ingredientes, sobre la harina. Con una cuchara de palo mezcle rápidamente para evitar que se formen grumos.

Cuando enfríe, amase con las manos y adjunte, ligeramente, los huevos batidos, para que la masa quede impermeable. Ponga la masa por pedazos al batán y, como si moliera, trabaje unos 10 minutos cada uno. Debe hacerse ésto un día antes, lo mismo que el jigote.

Guarde la masa en el refrigerador, en bolsas de plástico, hasta el momento de hacer las salteñas.

Recomiendo hacerlas en lugar fresco para que no se caliente la mesa y no se disuelva el jigote.

Ingredientes

1 kilo carne picada sin
grasa ni nervios
1 kilo 500 grs. papa
runa picada en daditos,
cocida medianamente con sal
200 gramos arvejas
cocidas con agua y
sal al gusto
2 1/2 tazas cebolla
picada
50 gramos manteca de
cerdo para freír el ají y
la cebolla 100 grs. ají
colorado molido en
vainas o 3 cucharas ají,
molido en polvo
2 cucharas colorante
rojo, pimentón molido
1 1/2 tazas tomate
2 cucharas sal a gusto
1 cuchara sazónador
1 cuchara perejil 1
cuchara comino
3 cucharas azúcar
granulada
1 cuchara orégano
2 cubitos carne
concentrada
1 1/2 paq. gelatina
royal sin sabor
2 hojas colapez 2 litros
de caldo
hirviendo o agua 2
tazas agua fría para
remojar gelatina 60
aceitunas chicas o 30
grandes 10 huevos
duros, cada uno
partido en 6 6 pasas de
uva para cada salteña
(opcional)

RELLENO SALTEÑAS

Preparación.- Fría el ají en la manteca. Añada la cebolla picada en dados pequeños y eche 2 cucharones de caldo para que no se queme al cocer. Remueva constantemente hasta que salgan ampollitas de grasa a la superficie. En una olla coloque el agua a hervir con los cubitos de carne concentrada, sal al gusto, el azúcar, el comino, el orégano, el sazónador, el ají cocido, el tomate, la cebolla dorada, la gelatina y el colapez, completamente disuelto. En caso de que tenga algún grumo, ponga un momento la olla a "baño María" para que se disuelvan íntegramente los ingredientes. Esto es muy importante para que se distribuya parejamente el jigote.

Deje enfriar el caldo y cuando esté tibio, agregue las papas cocidas, las arvejas y la carne molida cruda. Mezcle muy bien y ponga al refrigerador para que cuaje la gelatina hasta el día siguiente.

Divida la masa en 60 porciones, para salteñas grandes o en 100 para pequeñas. Ponga harina sobre la mesa y con un uslero estire cada pedazo en forma ovalada, hasta obtener 1/2 cm. de espesor.

En cada masa coloque 1 cuchara de jigote, la aceituna, 1 pedazo de huevo duro y, si desea, 6 pasas.

Para unir los bordes de las empanadas tenga a la mano un recipiente pequeño con agua y 1/2 cucharilla de azúcar disuelta, o una clara de huevo. Procure que el jugo del jigote no chorree a los bordes, porque esto hace que se abran y mojen a las otras. Pinte con la yema de los dedos la mitad del óvalo con el agua con azúcar o la clara, en muy poca cantidad. Empiece a pegar por el extremo superior del centro, procurando que quede sin aire y con la costura arriba. Repulgue con mucho cuidado, compruebe que las salteñas no tengan ningún agujero.

Colóquelas en latas enmantecadas y enharinadas, separadas a 2 1/2 cm. de distancia unas de otras. Páseles por encima con una brocha con huevo batido, procurando que no este chorree a la lata.

El horno para las salteñas tiene que estar a lo máximo, porque deben cocer solamente en 7 a 8 minutos, para evitar que se remojen o salga el jugo.

Ingredientes masa

7 1/2 kilos harina
blanca
2 1/4 kilos manteca de
cerdo
100 gramos colorante
disuelto en el caldo
240 gramos sal 500
gramos azúcar
granulada 5 huevos
enteros 4 cubitos de
carne concentrada
3 litros agua (caldo)

Ingredientes relleno

15 huevos duros
2 kilos cuero de cerdo o
1 pata grande de
vaca
4 1/2 tazas cebolla
pelada, picada
menuda y frita en
manteca
3 1/2 kilos carne
picada, sin nervios ni
grasas
5 1/2 kilos papa runa
600 gramos aceitunas
negras
1 kilo arvejas peladas
1 libra ají colorado
molido
2 1/2 tazas tomate
250 grs. manteca para
cocer cebolla y ají 8
hojas colapez disuelto
en el caldo
3 cucharas comino
3 cucharas orégano 1
cuchara pimienta
negra molida 100
grs. sazónador
4 cucharas sal molida
1 taza azúcar
granulada

SALTEÑAS ESPECIALES

(RECETA SEMI INDUSTRIAL)

Preparación.- En un recipiente grande ponga la harina cernida. En una olla, haga hervir el agua con los cubitos de carne, el azúcar, la sal, la manteca y el colorante disuelto. En cuanto empiece a hervir, vierta todo sobre la harina y remueva rápidamente con una cuchara grande de palo, hasta que se mezcle muy bien y no se formen grumos. Cuando esté algo fría, trabájela con las manos y aumente los huevos ligeramente batidos. Divida en pedazos y, con el batán o mortero, muélala para que la masa sea impermeable y elástica.

Día antes prepare la masa y el jigote. Guárdelos en bolsas plásticas en el refrigerador para que no se deshaga la gelatina al preparar las salteñas. Como es un trabajo laborioso, es mejor hacerlas en la madrugada y hornearlas en cuanto estén listas, calentándolas al momento de servir. Así se pegan mejor y no revientan. Aconsejo sacar el jigote del refrigerador en pequeñas porciones, porque es muy peligroso que se descomponga, especialmente en lugares calurosos.

RELLENO

Preparación.- Haga cocer el cuero de cerdo o la pata de vaca hasta que estén gelatinosos. Cuele el caldo y añada agua hasta llegar a 4 1/2 litros. En este caldo, disuelva las hojas de colapez, aumente la cebolla dorada, la carne picada cruda, la papa runa cocida a medias, picada en cubitos, el azúcar, las arvejas cocidas, el ají colorado frito junto con la cebolla, el tomate pelado y picado, el comino molido, el orégano desmenuzado, la pimienta, la sal y el sazónador. Mezcle muy bien y guarde en el refrigerador, en unos 3 recipientes, para que la gelatina quede completamente cuajada.

Saque la masa y forme bolitas del tamaño de un huevo. Procure, siempre, trabajar en lugar fresco. Estire cada masa a 1/2 cm. de espesor en forma ovalada. Ponga, al centro, 1 cuchara de jigote, 1 aceituna, 1 pedazo de huevo duro y 6 pasas de uva, si lo desea.

Al poner el jigote, tenga cuidado que no se esparza a los bordes, porque si no se cierran bien y sale jugo de una, daña a las otras. En un recipiente pequeño tenga a la mano un poco de agua con 1/2 cucharilla de azúcar disuelta. Para cerrar bien las empanadas, pase con un poco de esa agua con la yema de los dedos el contorno del medio óvalo.

Empiece a cerrar las empanadas por el centro de ambos extremos de la masa hacia los lados, evitando que tengan aire al cerrar, para que no revienten.

Cuando esten listas pinche la parte del repulgue con un palillo de dientes, para evitar que se abran. La costura o repulgue, debe quedar en la parte superior. Coloque las empanadas en latas enmantecadas y enharinadas, separadas a 2 1/2 cms. una de otra. Páseles por encima, con huevo batido, procurando que no chorree a la lata. Para las salteñas, el homo debe estar caliente a lo máximo, pues la masa es precocida, debe estar lista en 7 a 8 minutos, para que las salteñas queden jugosas.

Para lugares cálidos, aconsejo formarlas la noche anterior, dejarlas en el freezer y recién sacarlas 5 minutos antes de hornearlas. Tal como ofrecí, estas recetas están presentadas sin ningún egoísmo, con todos mis secretos.

MASA PARA 50 SALTEÑAS

Ingredientes

1 1/2 kilos harina
(1500 gramos)
500 gramos manteca 4
huevos enteros 2/3
taza azúcar granulada
2 1/2 tazas agua
caliente
1 cucharilla colorante
rojo
2 cucharillas sal
molida
2 cubos caldo
concentrado

Preparación.- Cierna la harina en un recipiente. En una olla ponga a calentar el agua con la manteca, los cubos de carne concentrada, el colorante, el azúcar y la sal. Cuando esté hirviendo, vierta sobre la harina y remueva rápidamente con una cuchara de palo, para que no se formen grumos.

Cuando esté fría, añada los huevos ligeramente batidos, mezclándolos a la masa con las manos, hasta formar una masa suave.

Frótela mucho y golpéela sobre la mesa, para que se haga elástica. Proceda de la misma manera que las anteriores.

Ingredientes

4 tazas harina cernida
1 taza y 2 cucharas
leche
1 cucharilla sal molida
para masa
2 cucharillas royal 2
cucharillas azúcar
granulada 1 huevo
para pintar masa
1 1/2 tazas de
manteca

Ingredientes relleno

1 1/2 taza aceite para
dorar cebolla y ají
1 1/2 tazas cebolla
picada en rodajas
Jiñas
1 1/2 cucharas ají
colorado molido 1 1/2
tazas tomate picado
1 taza pimienta picado
en tiras 1 tarro salsa
de tomate
1 cuchara orégano
desmenuzado 1
cucharilla pimienta
molida
1 cucharilla sal molida
para Jigote 1 kilo
carne molida sin grasa
ni nervios o un pollo
picado de 1 1/2 kilos
cocido en agua con sal
1 cucharilla perejil
picado
1 taza arvejas cocidas
1 cucharilla comino
molido

PASTEL DE CARNE O POLLO

Preparación.- En un recipiente coloque la harina cernida con el royal y la manteca. Forme migas, frotando con las manos; aumente la leche con la sal y el azúcar.

Forme una masa suave. Déjela reposar 1/2 hora.

JIGOTE

Preparación.- En una sartén dore el ají con el aceite. Añada la cebolla, el tomate, el comino, la sal, la pimienta, el pimentón, el perejil, la salsa de tomate, el orégano y luego, la carne molida o el pollo cocido y picado en cubitos de 2 por 2 cms. Deje cocer en la salsa unos 20 minutos.

Parta la masa en 2 partes iguales. En una mesa enharinada estírelas a 1/2 cm. de espesor.

Forre con una parte de la masa una charola de homo enmantecada, vacíe el relleno sobre ésta y cubra con la otra mitad de masa estirada, haciendo alrededor una forma de repulgue.

Pinche con un tenedor toda la superficie para que no se levante como globo ni se queme, luego, pinte ligeramente con huevo batido.

Ponga a homo regular por 45 minutos, más o menos y deje que cueza un momento más, en homo apagado.

Sirva caliente. Da para 10 a 12 porciones.

PASTEL HOJALDRADO DE SURUBI

O BLANQUILLO

Ingredientes

- 2 1/2 kilos surubi o blanquillo
- 3 dientes de ajo
- 1/2 taza cebolla licuada
- 1 1/2 cucharillas sal molida
- 1 cucharilla pimienta negra molida
- 2 cucharas vinagre de uva
- 2 cucharas Jugo de limón
- 1/2 cucharilla nuez moscada raspada
- 1/2 cucharilla de sazónador
- 1 1/2 tazas crema de hongos
- 1 taza pimienta morrón rojo, picado en cuadraditos
- 1 taza arvejas cocidas en agua y sal
- 4 huevos duros picados
- 8 aceitunas negras picadas
- 1/2 taza harina para rebozar pescado
- 1/2 taza aceite para freír pescado
- 1 receta masa de hoja preparada (ver receta pag. 169)

Preparación.- Limpie el pescado de pieles, grasas y espinas. Condimente con el vinagre, el jugo de limón, la cebolla licuada, la sal, la nuez moscada, la pimienta y los ajos picados.

Déjelo en el adobo, por unas 2 horas, en el refrigerador. Escúrralo del adobo y reboce con la harina. Fría por ambos lados en una sartén con el aceite caliente, evitando que se seque. Divídalo en cuadrados de 3 cms.

Disuelva el paquete de crema de espárragos en 1 1/2 tazas de agua y en el saldo de adobo donde remojó el pescado. Haga cocer en una cacerolita, removiendo constantemente, hasta que espese; añada las arvejas cocidas y escurridas, los huevos duros picados, las aceitunas, el pimienta morrón picado y los cuadrados de pescado frito. Mezcle todo muy bien.

En una mesa enharinada, estire la masa de hoja en dos partes iguales de 40 x 30 cms. de forma rectangular y forre dos fuentes de homo.

Pinchelas con un tenedor por toda la superficie y haga cocer en horno, a temperatura regular, hasta que se doren ligeramente.

Sobre una de las masas cocidas, vierta la preparación del relleno, empareje y tape con la otra. Presione un poco para que quede firme. Parta en 12 porciones.

Caliente nuevamente al homo y sirva como 2do. plato.

ESCABECHE DE BLANQUILLO

O SURUBII

Ingredientes

3 kilos surubí o
blanquillo
1 1/2 tazas aceite
1 taza harina para
rebozar pescado
5 zanahorias peladas
y cortadas en
bastoncitos
2 1/2 tazas vinagre
1 coliflor lavado y
cortado en gajos
2 hojas de laurel
10 ajíes verdes sin
semillas
20 cabezas cebollitas
chicas
5 dientes de ajo
1 1/2 taza jugo de limón
para condimentar
pescado
1 ramita de romero o
albahaca
1 cuchara pimienta
molida, para
condimentar pescado
1 cuchara sal
granulada, para
condimentar pescado
1 cucharilla sazónador
10 granos pimienta
dulce, blanca
2 cucharas azúcar
granulada

Preparación.- Limpie el pescado de piel y espinas. Pártalo en 10 pedazos y condimente con la pimienta, la sal y el jugo de limón. Luego rebócelo en la harina y fría en 1 taza de aceite caliente, hasta que quede dorado por ambos lados.

Haga cocer los gajos de coliflor en agua con sal y 2 cucharas de leche, por 10 a 12 minutos. Escurra el agua en una coladera. De la misma manera haga cocer medianamente las zanahorias en agua con sal.

En una cacerola de base ancha, ponga los ajíes verdes, las cebollitas con el vinagre, la sal y el azúcar disuelta en 1/4 taza de agua. Agregue las zanahorias, las coliflores, el aceite colado sobrante donde frió el pescado, el sazónador y los demás ingredientes. Deje hervir unos 10 minutos más, al final, añada el pescado frito y haga hervir todo junto 5 minutos, para que sazone. Pruebe la sal.

Puede servir caliente acompañado con una papa blanca, arroz graneado, cubierto con su jugo y verduras. También puede servirlo frío, después de guardarlo en el refrigerador en un envase de plástico completamente cerrado, solamente con las verduras y cubierto con su jugo.

Ingredientes

6 pedazos de pescado
1 taza de buen vinagre
blanco o rosado 1 taza
agua 1 taza aceite
1 / 2 cucharada de
pimienta blanca en
grano
2 zanahorias peladas
y cortadas en
rodajas
1 ramita de albahaca 1
hoja de laurel 1 / 2
cucharilla sal molida
1 1/2 tazas cebollas
partidas en 4 6 papas
grandes peladas y
cocidas en agua con
sal

Ingredientes

1 1/2 kilos pescado
cortado en 6 rodajas 1
/ 2 taza harina blanca
1 taza aceite para freír
pescado
1/2 cucharilla sal
molida 1 / 2 cucharilla
pimienta molida Jugo
de 2 limones 1 kilo de
papas picadas en
bastoncitos

ESCABECHE DE SURUBI O BLANQUILLO H

Preparación.- En una cacerola ponga a cocer las rodajas de zanahoria con agua y sal; cuando estén a medio cocer escúrralas. Agregue la cebolla, el vinagre, el aceite, la pimienta, la albahaca, las hojas de laurel y deje cocer hasta que las cebollas queden vidriosas (15 minutos). Al final añada los pedazos de pescado frito y deje que hiervan juntos 15 minutos, más o menos.

Sirva caliente cubriendo cada pedazo de pescado con cebolla y rodajas de zanahoria. Acompañe con arroz graneado y 1 papa blanca.

PESCADO FRITO (SURUBI O BLANQUILLO)

Preparación.- Limpie el pescado de piel, grasas y espinas. Condimentelo con la pimienta, la sal y el jugo de limón. Deje en el aderezo, por 1/2 hora más o menos, para que se impregne del gusto a limón. Ponga la harina en un plato plano y revuelva en ella los pedazos de pescado, fría en aceite caliente. Coloque unos 3 pedazos a la vez para que no se queme el aceite. Tape la sartén y deje dorar la parte inferior. Cuando se vea que empiezan a dorarse los contornos, recién voltee los y, nuevamente, tape para que se dore la otra parte.

Sáquelos con una espumadera a una fuente plana cubierta con servilletas de papel, para que absorban el aceite sobrante. Sirva con papas fritas y ensalada de lechuga con rodajas de tomate y cebolla.

Nota.- Fría las papas en aceite caliente antes de freír el pescado. No debe freír ninguna carne ni verdura en este mismo aceite, porque toma el gusto del pescado y es desagradable.

Ingredientes

1 kilo bacalao o surubí seco
2 tazas cebolla blanca picada
1 1/2 litros agua
3 dientes de ajo
2 tazas tomate picado
2 kilos papas peladas picadas en rodajas
1 cuchara perejil picado
2 pimientos morrones
1 cucharilla pimienta
1 cucharilla sal
1/2 taza aceite

Ingredientes

1 trucha de 2 1/2 kilos
2 tazas arvejas peladas y cocidas
1 taza cebolla picada en rodajas finas
1 taza tomate pelado y picado
1 taza pimiento morrón rojo, picado en tiritas
1 taza vino blanco áspero
1 cucharilla pimienta molida
1/2 taza jugo de limón
1 cucharilla sal 100 grs. mantequilla con sal
1/2 litro leche
1/2 taza maizena
1 taza agua
1/2 taza aceite
1 cucharilla sazón
1 cuchara perejil, finamente picado

TOMATADA DE BACALAO O SURUBI SECO

Preparación.- Remoje el bacalao o surubí la noche anterior. Quite las espinas y la piel. Píquelos en cubitos de 3 por 3 cms. Doré en el aceite la cebolla picada en rodajas finas, el ajo y los pimientos picados en tiritas. Añada el tomate, luego el perejil, la pimienta y la sal.

En una cacerola, ponga una capa de papas, otra de bacalao o surubí y cubra con una parte de la salsa de cebolla. Por un extremo vierta el agua y sacuda la cacerola de un lado a otro para que penetre y pueda cocer todo uniformemente. Haga cocer en fuego fuerte, hasta que empiece a hervir, luego disminuya a lento, hasta que el bacalao y las papas estén blandas. Sirva caliente, acompañado de arroz graneado.

TRUCHA RELLENA

Preparación.- Limpie el pescado de escamas, espinas, aletas y espinazo, menos la cabeza y la cola. Aderécelo con la sal, la pimienta, el jugo de limón y el vino. En una sartén, dore la cebolla en el aceite y agregue el tomate, el pimiento y las arvejas cocidas en agua con sal. Deje cocer unos 15 minutos, probando la sal y, con esa salsa, rellene el pescado.

Acomode en una asadera de homo o en un pirex grande, previamente enmantecado. Ponga encima del pescado pedazos pequeños de mantequilla, cúbralo con papel estañado y haga cocer en el homo por 35 a 40 minutos, hasta que quede dorado. Cubra con la siguiente:

SALSA

Preparación.- En una cacerola haga hervir la leche con la sal y el saldo de la mantequilla. Cuando esté hiiviendo aumente la maizena disuelta en agua. Remueva constantemente por 5 minutos, hasta que espese y no se formen grumos. Condimente con el sazón y mezcle muy bien. Con esta salsa cubra completamente el pescado y encima esparza el perejil picado.

Lleve a la mesa caliente. Ya en la mesa, con un cuchillo divida desde el centro las tajadas de pescado (2 1/2 cm. de ancho más o menos). Sirva con una espátula.

PEJERREYES AL AJO

ESTILO "BACALAO YUGOSLAVO"

Ingredientes

- 2 kilos pejerreyes (5 tazas Jritos y picados)
- 2 kilos papas peladas y picadas en dados (6 tazas)
- 1 cuchara colmada cijo picado
- 1 cuchara rasa pimienta molida
- 1 cuchara rasa sal molida
- 2 cucharas perejil picado menudo
- 1 taza aceite para aderezar pescado
- 1 ¡2 taza harina blanca para rebozar pescado
- 2 cucharas Jugo de limón

Preparación.- Limpie los pescados de escamas, espinas y cabezas. Déjelos en un recipiente con el jugo de limón y 1 cucharilla de sal, por una hora más o menos.

Fríalos en la media taza de aceite, habiéndolos rebozado previamente en la harina. Pártalos en pedazos de 2 1/2 cms. y mida 5 tazas.

En una olla con agua y sal, haga cocer las papas peladas y picadas en dados de 2 cms. Una vez cocidas, sáquelas con una espumadera y póngalas en una cacerola, juntamente con el pescado picado.

Aumente la taza de aceite, el perejil, el ajo picado y la pimienta, mezcle muy bien con una cuchara de palo, batiendo hasta que la preparación se haga lechosa. Si faltara líquido, añada uno a dos cucharones más del agua en que coció la papa.

Sirva caliente como 2do. plato.

PEJERREY CON CREMA

Ingredientes

- 2 kilos pejerreyes
- Jugo de 3 limones chicos o 2 grandes
- 1 cuchara sal molida
- 1 cucharilla pimienta molida (negra)
- 1 taza queso muzzarella raspado
- 1 1/2 tazas leche evaporada (1 tarro)
- 3 huevos enteros
- 1 /2 cucharilla mantequilla con sal

Preparación.- Limpie el pejerrey de escamas y espinas. Divídalo en 8 porciones y condiméntelo con sal, la pimienta y el jugo de limón. Luego coloque el pescado en una fuente de horno, previamente enmatequillada, y viértale la leche evaporada, los huevos, ligeramente batidos, y el queso raspado.

Lleve a homo caliente, por 35 a 40 minutos, hasta que cuajen los huevos y el queso y, queden dorados por encima.

Para servir, acompañelo con ensalada de vainitas, papas fritas y arroz graneado.

Ingredientes

BOGAS O PEJERREYES RELLENOS CON CHORITOS

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir las cabezas del pescado con el agua, la cebolla en rodajas finas, el tomate, el perejil y la pimienta, por 1/2 hora. Cuele el caldo y luego vierta el vino para hacerle dar un hervor más. Una vez escamados los pescados, compruebe que no tengan espinas. Condiméntelos con la pimienta, la sal y el jugo de limón. En una fuente plana estire cada pescadito, rellene con unos choritos. Envuélvalos como un caracol y colóquelos en una charola de homo, previamente enmantequillada.

Lleve al homo caliente por 20 minutos más o menos, hasta que se doren por encima.

En una olla coloque el caldo de pescado al fuego y los hongos (licuados en su propio jugo). Disuelva la maizena y agregue a la salsa hirviendo. Remueva constantemente hasta que espese. Al final, añada la mantequilla y mezcle muy bien. En una bonita fuente traslade los rollitos de pescado, cúbralos con la salsa de hongos y llévelos calientes a la mesa. Sirva con arroz blanco, ensalada de vainitas picadas y cocidas en agua con sal y condimentadas con 1 cuchara de mostaza y 1 cuchara de aceite y papas a la cucharita con mayonesa y perejil.

BUDIN DE ATUN

Preparación.- En un recipiente mezcle el atún con el pan remojado en la leche, los condimentos y los huevos batidos ligeramente. Enmantequille un molde de aro y vierta en él el preparado. Encima póngale trozos de la mantequilla sobrante.

Lleve al homo caliente por 15 a 20 minutos, hasta que se dore por encima. Para vaciar, pase alrededor del molde con un cuchillo de punta y vuelque en una fuente con borde.

Sirva caliente, en tajadas, acompañado con puré de papas y cubierto con salsa golf (ver pag. 298)

Ingredientes

1 /2 taza aceite
400 grs. carne blanda
de vaca (molida) 400
gramos carne de cerdo
(lomo molido)
2 huevos cocidos
100 grs. jamón o
tocino cortados en
tiras
50 gramos pasas de
uva remojadas 4
huevos 250 grs.
arvejas 1 1/2
cucharillas pimienta
molida 1 1/2 cucharilla
rallada de nuez
moscada
3 cucharas coñac
6 lonjas colapez,
disueltas en 1 1/2
tazas de agua
hirviendo
1 cucharita sazonador

Ingredientes

1/2 kilo carne molida
de vaca
1/2 taza cebolla
finamente picada 1
cucharilla sal 1
cucharilla pimienta 1
1/2 taza afrecho 1 1/2
taza pan molido
1 / 4 taza aceite
2 huevos

Ingredientes salsa

1 taza cebolla picada
1 1/2 cucharas ají
colorado molido 1 taza
tomate licuado 1
cucharita perejil 1
cucharilla pimienta
1/2 cucharilla comino
1 cucharilla orégano 1
1/4 taza aceite

PATE A LA ORIENTAL

Preparación.- Mezcle las carnes con los condimentos, el coñac, las pasas, las arvejas cocidas en agua y sal, el jamón, la sal, la pimienta, la nuez moscada y los 4 huevos ligeramente batidos. Forme una masa. Enmantequille un molde rectangular, vacíe en él la preparación, cúbralo con papel aluminio y ponga al horno caliente, por espacio de 20 a 25 minutos.

Cuando esté listo, desmolde en una bonita fuente para la mesa. Adorne con rallas del huevo cocido duro y tiras de pimentón. Cubra con la gelatina disuelta en el agua y condimentada con sazonador. Déjelo en el refrigerador, quedará brillante.

Sirva por tajadas con brócoli alrededor y papitas duquesa.

ALBONDIGAS O HAMBURGUESAS

Preparación.- En un recipiente mezcle todos los ingredientes y pruebe la sal. Forme las albóndigas y colóquelas en una fuente plana. Cuando estén listas, fríalas en el aceite caliente y sáquelas sobre una olla. Prepare la siguiente:

SALSA DE CEBOLLA (AHOGADO)

Preparación.- En una sartén, dore el ají y la taza de cebolla finamente picada, con el aceite: añada todos los ingredientes y 1 1/2 tazas de agua. Haga cocer unos 10 minutos y agregue las bolitas de carne fritas. Déjelas cocer unos 5 minutos más, para que tomen el gusto de la salsa. Sirvalas calientes: 5 bolitas, 1/2 taza de arroz graneado y 1 papa blanca por persona.

Para hacer hamburguesas, prepare la carne con todos los ingredientes arriba indicados y forme unos bistecs ovalados, de 8 por 5 cms. de tamaño. Pase ligeramente con aceite una plancha y póngalos a dorar, primero de un lado y después del otro. Sirva en sandwiches con mostaza y ketchup.

Ingredientes

1/4 kilo carne de vaca
molida
1 / 4 kilo carne de lomo
de cerdo molido
1 taza leche
2 cucharas harina
1 ¡2 taza miga de pan
molido
1 cucharilla pimienta 1
cucharilla sal
1 / 2 taza aceite
2 huevos

Ingredientes salsa

1 manzana pelada 1
taza cebolla
1 cuchara
mantequilla
2 cucharas aceite
1 ¡2 taza hongos
1 cubo de caldo
concentrado
2 tazas agua o caldo 1
/2 cucharilla
pimienta
1 cucharilla sal
2 cucharas maizena 1
taza agua

Ingredientes

500 grs. carne molida
sin grasa ni nervios
250 grs. Jamón picado
1 pan redondo,
remojado en 1 /2 taza
de leche y exprimido
1 taza de arvejas
2 huevos batidos
1 taza tomate picado 1
taza cebolla picada 1
cuchara mantequilla 1
/2 cucharilla pimienta
1 cucharilla de sal
1 cuchara perejil

ALBONDIGAS EN SALSA MORENA PARA TALLARINES

Preparación.- En un recipiente ponga las carnes con la sal, la pimienta, los huevos, la leche, las migas de pan y forme una masa compacta. Forme 12 albóndigas, revuélvalas en la harina y fríalas en el aceite caliente. Luego, haga hervir unos 10 minutos en la siguiente:

SALSA

Preparación.- En una sartén, fría la cebolla finamente picada en el aceite y la mantequilla juntos. Aumente la manzana pelada y picada en cuadrados, el cubo de carne concentrada, el agua, la sal y la pimienta.

Disuelva en el agua, la maizena y viértala a la salsa, juntamente con los hongos lavados, remojados y licuados. Deje hervir unos 10 minutos, removiendo constantemente. Añada las albóndigas y déjelas cocer unos 10 minutos más. Sirvalas calientes sobre los tallarines o spaguetis, espolvoreado todo con queso palmesano.

MOLDE DE CARNE MOLIDA Y JAMON O TOCINO

Preparación.- Dore la cebolla en el aceite. En un recipiente, mezcle muy bien todos los ingredientes indicados a la izquierda con el pan remojado en leche, exprimido y desmenuzado, para que se distribuya y adhiera bien a los otros ingredientes.

Vacíe en un molde rectangular o de aro, previamente untado con mantequilla. Presione con una cuchara de palo, para que al vaciar, cuando esté cocido, quede compacto. Introduzca al horno 1 /2 hora antes de servir, para que no se seque.

Antes de vaciar en la fuente en la que se vá a servir, pase alrededor del molde con un cuchillo de punta. Ponga la fuente encima del molde y dé la vuelta para que salga entero.

Decore con verduras y huevos duros, alrededor de la fuente. Sirva con papas duquesa y ensalada de vainitas. Puede presentarlo entero o en rodajas.

SESOS FRITOS

Ingredientes

2 sesos de ternera 1
1/2 taza vino blanco
áspero
1/2 taza aceite 1/2
taza harina blanca
100 gramos
mantequilla con sal
Jugo de 1 limón 1
cucharilla pimienta
molida

Preparación.- Lave los sesos, quíteles las pieles y filamentos sanguíneos. En una cacerola con agua y sal, hágalos cocer por 10 minutos. Escorra y deje enfriar.

Corte en rodajas y condimente con la pimienta y el jugo de limón.

En una sartén ponga a calentar el aceite. Reboce las rodajas de seso en la harina y fríalas hasta que estén doradas de ambos lados.

Sírvalas calientes, rociadas con el vino, con ensalada de betarraga y papa.

Ingredientes

1/2 kilo camarones o
langostinos grandes 15
pedazos cuadrados de
3 por 3 cms. pimientos
verdes 15 cebollas
pequeñas en escabeche
15 pedazos surubí o
pejerrey de 3 por 3
cms.
1/2 cucharilla pimienta
molida 1/4 taza jugo
de limón 1/2
cucharilla sal 15
rodajas de pepino en
escabeche 15
cuadrados de tocino
ahumado 15 alambres
para brochetas

BROCHETAS DE MARISCOS

Preparación.- En un recipiente remoje el pescado con el jugo de limón, la sal y la pimienta.

Limpie los camarones o langostinos. Cubra con aceite los alambres y ensarte en cada uno: 1 cebolla, 2 camarones, 1 pimiento, 1 pedazo de pescado y otra de tocino.

Ase las brochetas en la parrilla o a la plancha, hasta que queden doradas.

Sirva con diferentes ensaladas.

Ingredientes

1 1/2 kilos carne
blanda, sin grasa ni
nervios.
1 kilo chorizos de
calentar.
2 kilos papilas
menudas, cocidas.
3 pimientos morrones
grandes rojos.
1 kilo de cebollitas
pequeñas en
escabeche

Ingredientes salsa

1 ¡2 taza vino tinto
áspero
1 taza aceite
1/2 taza vinagre de
uva
4 dientes de ajo
1 cuchara perejil
1 cuchara orégano
2 cucharillas rasas sal
molida
1 cucharilla pimienta

Ingredientes

1 corazón de buey 1
cuchara ajo molido
1 1/2 cucharillas sal 1
cucharilla comino 1
cuchara yerba buena
picada
1 cuchara perejil
2 cucharas jugo de
limón
1 cuchara vinagre de
uva
1 cuchara ají colorado
molido, cocido en 2
cucharas de aceite 1 ¡2
taza aceite

BROCHETAS DE CARNE

Preparación.- En un recipiente mezcle todos los ingredientes de la salsa y ponga en ella los pedazos de carne en cubos de 3 cms. Déjelos en el refrigerador de un día para el otro, cubiertos con un plástico, para que no se evapore y el olor no contamine a los demás alimentos.

Una hora antes de servir, saque la carne del recipiente habiéndola mezclado muy bien con la salsa, escurra y guarde la salsa para pasar sobre la carne varias veces, cuando esté cociendo.

Limpie muy bien los pinches para anticucho y páselos con aceite. Inserte en cada uno: la cebolla en escabeche, 1 parte del chorizo partido en cuatro o 1 de los pequeños para freír, 1 pedazo de pimiento cortado en cuadrados, 1 cubo de carne, la papa cocida y pelada, y nuevamente carne.

Cuando haya terminado de insertar, encienda la parrilla con bastante carbón, ponga a cocer los pinches dando vueltas de un lado para otro, hasta que queden dorados. De rato en rato échele la salsa sobrante. Así quedan más sabrosos. Para cada persona se calcula 4 a 6 brochetas.

Nota.- Cuando son pocas, las brochetas también se las puede asar sobre una plancha.

ANTICUCHOS BOLIVIANOS

Preparación.- Limpie el corazón de nervios y grasas, y rállelo en láminas delgadas de 1 1/2 cm. de espesor. Mezcle todos los ingredientes indicados a la izquierda, picados o molidos y agréguelos la carne.

Deje en el refrigerador desde un día antes.

El momento de servir ensarte en las varillas anticucheras de 3 en 3 pedazos, separados por una rodaja de pepino o cebolla en escabeche y 1 papa pequeña cocida con cáscara en agua.

Hágalos cocer a la brasa o a la plancha. Páseles encima, de rato en rato, con el resto del jugo donde remojaron.

Ingredientes

1 1/2 kilos carne de res (cadera)
2 1/2 k. carne de cerdo (lomo)
1 cuchara comino
2 cucharas orégano,
1 de pimienta
y 1 de ajo molido 2
cucharas albahaca
desmenuzada 2
cucharas colorante rojo
molido, 3 de jugo de
limón o vinagre y 2 de
sazonador 2 cucharas
aceite 2 cucharas ají en
polvo o 4 cucharas de
ají en vaina Sal molida
al gusto 1 taza de agua
para agregar al ají
(cocido)

Ingredientes

6 tazas lomo de cerdo o
carne blanda de la
pierna (2 kilos)
1 cucharilla comino 1
cuchara de perejil,
1 cuchara de pimienta
negra molida 1 cuchara
de orégano 1 pizca
clavo, canela y nuez
moscada
1 cabeza ajo molido
1/4 taza vinagre
2 cucharas jugo de
limón
1 cuchara de pimentón
molido
2 cucharas ají colorado
molido
6 m. tripas de cordero 1
cucharilla bicarbonato

CHORIZOS PARRILLEROS

RECETA SEMI INDUSTRIAL

Preparación.- Pique las carnes en pedazos pequeños y muélalos juntos con la sal a gusto, en la máquina moladora, usando el accesorio pequeño.

Haga cocer el ají en una sartén con el aceite. Mezcle todos los ingredientes picados, molidos o desmenuzados con las carnes y pruebe la sal.

Deje reposar 2 horas, para que sazone muy bien. Lave las tripas en muchas aguas para que queden limpias y sin mal olor. Con un palillo déles la vuelta para que no sean muy gruesas y ráspelas con un cuchillo, con mucho cuidado. Cuando las tripas estén listas, embuta la carne preparada ayudada por un embudo, o una máquina de moler que tenga un accesorio especial para ello. No embuta las tripas excesivamente porque al freírías o ponerlas a la parrilla revientan.

Separe los chorizos cada 10 cm. de distancia haciéndolos girar tres veces en las divisiones. Corte para separarlos y colocarlos en la parrilla el momento en que el carbón ya no tenga llama, para que cuezan bien y no se quemen con el fuego.

CHORIZOS COCHABAMBINOS

Preparación.- Una vez molida la carne y todos los ingredientes anotados, mezcle muy bien y déjelos reposar 2 horas en el adobo. Luego, con un embudo o aparato especial que tienen las máquinas de moler, rellene las tripas, las mismas que deben ser volcadas y bien lavadas. (En la última agua enjuáguelas con 1 cucharilla de bicarbonato). Cuando termine de rellenar, separe los chorizos haciéndolos girar, cada 10 cms. Sepárelos y filalos en una sartén con 1/2 taza de aceite, déles vuelta para que se doren del otro lado.

Sírvalos calientes, 3 piezas por persona, con ensalada de lechuga y cebolla picadas finamente y encima un pan frito en la misma grasa en la que cocieron los chorizos.

CHORIZOS CHUQUISAQUEÑOS TRADICIONALES

Ingredientes

- 3 kilos lomo de cerdo
(12 tazas)
- 2 cucharas sal molida
o al gusto
- 6 vainas ají colorado
tostado, despepitado
y molido
- 3 cucharas rasas
manteca para dorar
q/i
- 1 1/2 cucharillas
comino molido
- 1 cucharilla pimienta
molida
- 1 cucharilla sazónador
- 2 cucharillas
bicarbonato, para
poner a la última
agua para enjuagar
tripas
- 2 cucharas albahaca
desmenuzada
- 4 dientes de ajo
- 1 /2 taza azúcar
granulada
- 1 taza vinagre
- 12 metros tripas de
cerdo

Preparación.- Tueste las vainas de ají, por todos los lados, en una parrillita puesta sobre la hornilla de la cocina. Despepítelas y lávelas, luego muélalas en un batán o en la licuadora, junto con los ajos, el comino, la pimienta, 1 cucharilla de sal y 1 taza de agua, hasta que quede como crema.

Haga cocer todo en una sartén con la manteca, por 5 minutos, removiendo todo el tiempo y añadiendo agua poco a poco. Muela la carne en la máquina y mezcle en un recipiente, con todos los ingredientes arriba indicados, incluyendo el ají. Deje reposar en el refrigerador 12 horas.

Lave las tripas en varias aguas, dándoles la vuelta con un palillo, y enjuáguelos al final con bicarbonato disuelto en el agua, para quitarles el mal olor.

Para embutir la carne en las tripas, emplée un embudo con tubo ancho, ayudado con un palito. También hay máquinas de moler carne que tienen un aparato especial que se acopla a ésta.

No debe llenar en exceso las tripas, para que cuando las separe cada 10 cms. tengan un espacio donde hacerles dar unas 2 a 3 vueltas. Cuando haya terminado, pártalas.

En una sartén, ponga los chorizos al fuego, cubiertos con el jugo sobrante, en el que remojaron. Añada al jugo 2 cucharas de vinagre, cada vez que se ponga a freír. No se los debe freír en ninguna grasa, porque se secan, absorben la manteca y son dañinos.

Cuando los chorizos estén listos, fría el pan en el jugo restante del sartén. Sirva 3 ó 4 chorizos, con 2 papas cocidas con cáscara y abundante ensalada de lechuga, cebolla, tomate ylocoto.

CHICHARRON DE CERDO CON CERVEZA O CHICHA I

Ingredientes

3 1/2 kilos costilla de
cerdo con bastante
carne
1 1/2 botella de cerveza
o chicha
1 cucharara sal molida
jugo de 2 limones
1 cucharilla pimienta
molida
1 cucharilla comino
molido

Preparación.- Separe las costillas cada 2 huesos y divida los pedazos cada 5 cms. Destape la cerveza 2 horas antes de echarla sobre la carne. En un recipiente de homo, enlozado, coloque los pedazos de costilla. Si tienen cueros, hágalos cocer en una olla hasta que estén suaves.

Aparte, mezcle todos los ingredientes incluyendo la cerveza y cubra la carne. Meta al homo caliente 250 grados por espacio de 3/4 de hora, a medio cocer vuelquélolos para que se doren parejos.

Para servir escurra la manteca que queda y eche 1/2 taza de agua a la base para que se desprenda el jugo impregnado. Caliente éste y viértalo sobre el chicharrón, queda tostado pero jugoso.

Sirva con 1 choclo, papa cocida con cáscara y k'allu. Si no encuentra choclo fresco, reemplácelo con mote pelado.

CHICHARRON DE CARNE DE CERDO H

Ingredientes

2 1/2 kilos costilla o
brazuelo de cerdo
jugo de dos limones
1/2 cucharilla sal
molida
2 tazas de agua

Preparación.- En una cacerola, ponga a cocer la carne picada en pedazos de 4 cms con el jugo de limón, la sal y el agua. Remueva de rato en rato, para que no se pegue en la olla. Deje cocer hasta que se consuma el agua, y en la misma manteca que sale de las carnes, dórelas para que queden crujientes.

Sáquelas con una espumadera, escurriendo el saldo de manteca. Sirva con un choclo o mote de maíz, soltero, papa cocida con cáscara y plátano al homo.

En caso de que desee servir con ají, prepare una salsa de la siguiente manera: Cueza en una sartén: 1 cucharara de ají colorado molido con 1 cucharara de la manteca sobrante del mismo chicharrón, 1 cucharilla de comino molido, 3 dientes de ajo molido y 1 cucharón de caldo o agua hervida. Mezcle el chicharrón con esta salsa y sirva igual que la receta anterior.

ENROLLADO PACEÑO DE CERDO

Ingredientes

3 kilos carne de lomo o
pierna de cerdo
1 cucharara ajo molido
2 cucharillas sal
1 1/2 cucharillas
pimienta negra
molida
1 cucharilla comino
molido
1 cucharara orégano
desmenuzado
2 cucharas jugo de
limón
25 cms. cuadrados de
cuero de cerdo

Preparación.- Corte la carne en lonjas delgadas. Mezcle en un recipiente los condimentos y unte toda la superficie de la carne con la crema.

Verifique que el cuero esté completamente limpio de pelos. En caso de que tenga alguno, quémelo en la hornilla de la cocina y raspe con un cuchillo filo. Extienda el cuero con la grasa hacia arriba, ponga la carne bien distribuida, vierta el sobrante de adobo sobre ésta y empiece a envolver juntamente con el cuero. Forme un rollo apretado y amarre bien con pita, envolviendo al final con una servilleta cosida con hilo grueso. Coloque al fuego por espacio de 50 min. a 1 hora en una olla de presión. Ponga en la base de la olla una rejilla y cubra con 1/2 litro de agua y 1 cucharilla sal. Pinche con un mondadientes para ver si está cocido; si penetra suave, está listo. Antes de servir ponga encima una tabla y un peso por 24 horas, para que quede compacto. Recién quite la servilleta y la pita, corte en rallas delgadas y acompañe con escabeche de cebolla, locoto, zanahoria, coliflor, etc.

Ingredientes

1 pierna de cerdo de 3
1/2 kilos
1 1/2 cucharas sal 4o
5 dientes de ajo
1 cucharilla pimienta y
1 de comino molidos
4 vainas de ají amarillo
molido sin pepa
2 zanahorias licuadas
2 tomates grandes
licuados
2 cabezas de cebolla
licuadas rl 1/2 tazas
agua 1 taza jugo de
limón 1 cucharara
bicarbonato

PIERNA DE CERDO AL HORNO

Preparación.- Ponga en la licuadora, en pequeñas porciones, todos los ingredientes con el bicarbonato. Añada una parte de agua para que cada porción se licue, cuando termine de licuar todo, adhiera el jugo de limón y de ají molido. Unte a la pierna con este adobo por todos los lados, deje reposar unas 3 ó 4 horas.

Luego haga cocer en una cacerola con 1 litro de agua, hasta que quede suave. Si necesita más agua, agréguele poco a poco.

Cuando esté suave póngala en una asadera, cubierta con el adobo en que remojó, más el jugo restante en que coció, mezclando con el bicarbonato. Este último es para que el cuero cueza crocante. Ponga al homo caliente hasta que se dore.

Sirva en una fuente en tajadas delgadas. Acompañe con k'allu, plátanos y ocas cocidas al homo.

LECHON DE CERDO AL HORNO

Preparación.- En un recipiente hondo ponga la leche, los ajos picados y la sal. Divida el cerdo en presas (piernas, brazuelos, costillas y lomo), suméijalas en el preparado de la leche hasta que queden completamente cubiertas, por espacio de unas 4 horas. A cada momento dé vuelta las carnes, sacando las de abajo para arriba, así todas las presas quedarán sazonadas por igual.

Para poner al homo, escurra completamente toda la leche en que remojaron las presas, póngalas en latas o charolas especiales de homo. Mezcle, en un recipiente aparte, el jugo de limón, la pimienta, el comino, la mostaza, el sazonador y el bicarbonato. Con este complemento frote la carne en forma pareja, por todos los lados. Antes de meter al homo, pruebe si está bien de sal. El tiempo de cocción es de 1 1/2 horas a 2, a temperatura mediana para evitar que cuezan solamente por fuera y se quemem.

Procure que en la base del recipiente haya siempre jugo, añadiendo agua de rato en rato. Cuando estén completamente cocidas por todas partes, pinchelas con un tenedor, para ver si están suaves y cocidas. Saque y deje enfriar, divida en presas, colóquelas otra vez al homo para que se doren las presas.

Sirva en fuentes, echando el jugo sobre las carnes. Acompañe el asado con papas al homo, plátanos, camotes, ocas cocidas en homo y soltero o k'allu.

ENSALADA DE REPOLLO CON MANZANA

Preparación.- Una vez lavado el repollo en varias aguas, píquelo en rallitas finas, júntelo con la manzana picada en cubitos (mejor si es ácida), la cebolla blanca picada en cubitos, el tomate y los condimentos.

Mezcle muy bien y póngala al refrigerador hasta el momento de servir.

Sirve para acompañar pescado frito, hamburguesas, lechón al homo, milanesas o pollo dorado.

PLATANOS AL HORNO CON TOCINO

Ingredientes

6 plátanos de freír,
medianos y
maduros
6 tiras largas de
tocino
3 cucharas chancaca
raspada

Preparación.- Pele los plátanos y envuélvalos, en forma espiral con las lonjas de tocino. Asegúrelos con un palito de dientes, para que no se desenvuelvan.

En un plato ponga la chancaca y, en ella, embadurne los plátanos presionándolos. Enmanteque una lata de homo y hágalos cocer a 300 grados. Estos acompañan carnes, como ser: pollo, cerdo, etc.

FRICASE PACEÑO (Plato único)

Ingredientes

10 nudos de rabadilla o
lomo con cuero de
cerdo
1 cucharilla pimienta
molida
4 dientes de ajo
picados finos
1 cucharilla comino
molido
1 cuchara sal molida
1 ¼ taza jugo de limón
1 cucharilla orégano
desmenuzado
3 1/2 cucharas ají
molido amarillo
4 cucharas aceite
para freír ají
2 litros agua hirviendo
2 cucharas pan
molido
2 tazas chuño
remojado, pelado
1 kilo maíz cocido
(patasqa)

Preparación.- En una cacerola ponga a cocer las presas de cerdo con la pimienta, los ajos, el comino, el orégano, el jugo de limón, el ají tostado en aceite y la sal. Calientelo, cubierto con el agua hervida, hasta que el cuero y la carne queden blandos. Si el cerdo es tierno, cuece en 1 hora y si no lo es, en 2 horas más o menos.

Cada vez que disminuya el agua, añada 1 cucharón o 2 de agua, siempre caliente. En caso de que esté cocido y tenga mucho caldo, espese con 2 cucharas de pan molido y 2 cucharas de afrecho.

El fricasé y la fritanga no llevan cebolla ni tomate como condimento, porque les dan gusto a guiso.

Sirva en platos hondos, 2 presas si son chicas y 1 si es grande, unos 5 chuños y 1/2 taza de mote pelado (patasqa). Cubra con el caldo.

Antes de cocer el chuño compruebe que esté muy remojado, lávelo en varias aguas, hasta que salga el agua limpia.

En una cacerola ponga el chuño, cúbralo con 2 litros de agua y 1 cucharilla de sal molida. Deje cocer hasta que al tocarlo quede suave. Escurra en una coladera y sirva en el mismo plato del fricasé.

Ingredientes

8 nudos grandes de lomo y 8 pedazos de pierna de cerdo 4 tazas agua 1 cucharilla sal 1 / 2 cucharilla pimienta molida 1 cucharilla comino 1 cucharilla orégano Jugo de 2 limones agrios o naranja agria 3 cucharas ají colorado molido 2 cucharas aceite parajreir el ají

FRITANGA YUNGUEÑA

Preparación.- En una cacerola ponga a cocer los pedazos de cerdo con el jugo de limón o naranja, el agua, la sal, la pimienta, el comino, el orégano desmenuzado y el ají molido cocido en 2 cucharas de aceite.

Tape la olla y cuando la carne esté suave, sáquela y fríala con su misma grasa. El caldo no debe ser abundante. Este plato se caracteriza por ser consistente y con salsa más espesa que el fricasé.

Sirva con yuca cocida en agua con sal y gualuzas partidas en 2 y cocidas con agua hirviendo.

CHULETAS DE CERDO APAÑADAS

CON CESTOS RELLENOS DE NARANJAS

Ingredientes

6 chuletas grandes sin mucha grasa, con hueso largo 1 cucharilla sal 1 ½ cucharilla pimienta molida 2 cucharas jugo de limón 1 / 2 taza aceite para Jreir chuletas 1 taza pan duro molido para apañar chuletas

Preparación.- Condimente las chuletas con la sal, la pimienta y el jugo de limón. Déjelas descansar 1/4 hora en el aderezo. Luego empápelas en el jugo, y, en una madera, aplánelas sobre las migas de pan de un lado y otro. Momento antes de servir, fríalas por ambos lados en una sartén con el aceite caliente.

Sáquelas en una fuente con servilletas de papel. Llévelas calientes a la mesa.

CESTOS DE NARANJA

Preparación.- Parta por la mitad las naranjas en forma horizontal y, con una cucharilla, vacíe la pulpa. En estas cáscaras rellene las manzanas picadas, mezcladas con los pedazos de ciruelas y 1 cucharilla de azúcar molida. En cada cestita coloque unas tajadas de naranja, sin piel ni semilla.

Lleve, en una lata, al homo caliente a 300° C. durante 10 a 12 minutos hasta que las manzanas queden cocidas y blandas.

Ingredientes cestos

3 naranjas 3 manzanas verdes peladas y picadas en cubos 1 cucharilla sal 6 ciruelas pasas, remojadas y picadas en cubos

Ingredientes

1 1/2 taza hongos
remojados en 1 1/2
tazas de agua,
licuados
2 cucharas aceite para
freír cebolla
1 1/2 cucharilla sal
1 1/2 cucharilla pimienta
molida
1/2 taza cebolla
finamente picada
1 cucharita salsa soya
2 cucharas vino blanco
seco
1/2 taza almendras
picadas y tostadas
1 tira papel de
aluminio para forrar
las puntas de los
huesos de las
chuletas
2 cucharas maizena

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos 1/2
taza hongos secos
remojados en una taza
de vino y licuados 1
taza leche evaporada o
crema de leche 1 hoja
de laurel 1 cucharita sal
1 cucharilla pimienta
molida
1/2 taza aceite 1 1/2
cucharas mantequilla
con sal 3 tazas vino
seco

SALSA PARA CHULETAS

Preparación.- Lave los hongos, y remójelos en 1 1/2 tazas de agua. Cuando estén suaves licúelos. Póngalos en una cacerola, añada la sal, la pimienta, la cebolla dorada, el vino y la salsa soya. Deje cocer por 15 minutos, vierta la maizena disuelta en el agua. Revuelva hasta que espese y cueza, unos 5 minutos.

Caliente las chuletas, espárzales las almendras picadas y ponga al fuego fuerte, por unos 3 minutos.

Antes de llevar a la mesa, adorne las puntas de los huesos con flequillos de papel aluminio picado, cubra con cuidado con la salsa caliente de hongos, sin echarla sobre los flequillos.

Sirva con arroz graneado en olla de presión.

En una fuente coloque el arroz en forma de aro y, alrededor, los cestos de naranja.

POLLO AL VINO CON SALSA DE HONGOS

Preparación.- Limpie el pollo de plumas y grasas. Pártalo en 7 pedazos, eliminando los huesos del tórax. Espolvóreelos con sal y pimienta. Fríalos con el aceite y la mantequilla (juntos), hasta que se doren. Colóquelos en una cacerola y cúbralos con 3 tazas de vino.

Licúe los hongos que remojaron anticipadamente, para verterlos sobre el pollo. Déjelos cocer por 35 a 40 minutos, hasta que quede tierno. Al final agregue la leche evaporada y deje dar un hervor más. Está listo para servir.

Sirva con arroz graneado y ensalada de verduras cocidas al vapor.

Ingredientes

- 2 pollos de 1 1/2 kilos cada uno
- 2 tazas cebolla verde picada
- 1 taza cebolla blanca picada
- 2 zanahorias peladas, picadas en rodajas finas
- 2 cucharas perejil picado
- 1 taza crema de leche
- 1 yema de huevo
- 1 /2 taza aceite
- 2 cucharas mantequilla con sal
- 1 /2 litro agua
- 1 copa vino
- 1 tarro hongos menudos en conserva o 1 taza secos, remojados y licuados
- 1 cucharita sal molida
- 1 cucharilla pimienta molida
- 1 /2 cucharilla nuez moscada rallada
- 2 cucharas maizena disuelta en 1 taza agua

Ingredientes

- 1 pollo de 2 kilos
- 2 cucharas mostaza
- 1 cucharilla colmada sal molida
- 2 cucharas Jugo de limón
- 1 cucharilla pimienta molida

POLLO A LA CREMA

Preparación.- Deshuese los pollos y dórelos en una cacerola con el aceite y la mantequilla. Agregue las cebollas, las zanahorias, los hongos, la sal, la pimienta, el vino y el agua. Tape la cacerola y deje hervir hasta que los pollos queden tiernos. Sáquelos a una fuente.

Añada la maizena disuelta en el jugo del pollo, removiendo para que no se formen grumos. Debe cocer unos 4 minutos. Pase la salsa por una coladera, añada la yema, la crema de leche y la nuez moscada. Mezcle muy bien.

Ponga los pollos cortados en rallas y juntos como si estuvieran enteros. Rocíelos con la mitad de la salsa. La otra mitad lleve a la mesa, en una salsera con un cucharón.

Sirva con puré de papas y brócoli alrededor. Ver manera de deshuesar pollo pag. 228

POLLO AL HORNO TRADICIONAL I

Preparación.- Limpie el pollo de grasas. Extirpe el almizcle que tiene encima de la cola, porque al cocer le da mal gusto.

En un recipiente, mezcle muy bien todos los ingredientes. Con esto unte el pollo por dentro y fuera. Ponga en una charola al horno recién encendido, con un cucharón de caldo en la base. Deje que cueza hasta que esté dorado por todas partes. Sáquelo, deje enfriar y divida en 7 presas extirpando los huesos de la columna y el tórax.

Nuevamente ponga al horno cubierto con el jugo de la fuente. Déjelo unos 10 minutos.

Sirva con arroz graneado y papas enteras doradas juntamente con el pollo.

Ingredientes

2 pollos de 1 1/2 kilos
más o menos 1 taza
aceite
1 taza vinagre
2 tazas agua
1 taza vino seco
Cáscara de limón y 1
cuchara de su jugo 4
zanahorias 1
cucharilla pimienta
dulce en grano 6
dientes de ajo enteros
3 cebollas grandes
1 cuchara sal molida
2 limones en rodajas
para decorar fuente

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos.
1 taza de aceite 1 taza
de vinagre de uva
1 taza de azúcar 1/2
taza salsa soya 1 ;2
taza jugo de limón 1
taza de cebolla picada
en tajadas grandes
1 taza de troncos de
apio picado 1 taza
achojcha picada en
cuadrados de 2 cm 1
taza de pimienta
picado en cuadrados
de 2 cm. 1 1/2
cucharas sal molida
1 cucharilla pimienta
molida
2 hojas de laurel
1 1/2 tazas
agua
2 cucharas maizena

POLLO EN ESCABECHE

Preparación.- Limpie los pollos y córtelos en presas, eliminando los huesos del esqueleto, deje, solamente, los huesos de las piernas, los muslos y las alas.

En una cacerola ponga el aceite hirviendo, haga dorar los pedazos de pollo, aumente las zanahorias picadas en rodajas, las cebollas partidas en 6 pedazos si son muy grandes o 6 chicas en escabeche, los ajos, el vinagre, la pimienta, la sal, el agua y el vino. Tape y deje cocer hasta que el pollo y la zanahoria estén blandos; en caso que al cocer se seque el jugo, añada una taza más de agua. Cuando está todo cocido, debe tener 2 tazas de jugo.

En una fuente coloque las presas cubiertas con la salsa y adorne con rodajas de limón alrededor. Sirva caliente o frío. Acompañe con 1 papa cocida, arroz graneado amoldado en forma de corona.

POLLO ACARAMELADO

Preparación.- Limpie el pollo y divídalo en 7 pedazos, eliminando los huesos del tórax. En una sartén honda ponga al fuego el azúcar granulada, hasta que se haga caramelo; aparte de la lumbre y aumentele el aceite. Escorra muy bien las presas de pollo y condiméntelas con sal y pimienta. Fríalas en el aceite con el caramelo, hasta que se doren e impregnen del caramelo.

Cuando estén listas póngalas en una cacerola, añada el vinagre, la salsa soya, el jugo de limón, la nuez moscada, las hojas de laurel y el agua. Deje cocer por 1/2 hora más o menos. En el aceite restante en que frió los pedazos de pollo, retueste todas las verduras por 5 minutos. Con esta salsa cubra las presas, añada la maizena disuelta en 1 1/2 tazas de agua, remueva ligeramente y deje cocer todo junto 15 minutos más. Pruebe si está bien de sal.

El pollo queda bien con bastante salsa morena que toma un gusto muy especial.

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos 1 ¡8
kilo de Jamón (6 lonjas)
1 tarro de espárragos 1
cuchara mostaza 1
cucharilla sal 1 cuchara
sazonador 1 / 2
cuchara pimienta 4
tomates cortados en
gajos
1 1 / 2 tazas zanahoria
1 1/2 tazas arvejas 1
tarro hongos pequeños,
partidos por la mitad 1
1/2 tazas agua
1 cubito caldo
concentrado
4 huevos
2 cucharas maizena 1
cuchara
mantequilla 1
cuchara coñac 1
cuchara salsa soya 1
cuchara Jugo de limón
1 1/2 tazas aceite para
freír papas y pollo 1
taza pan molido
3 tazas papas peladas
y picadas

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos más o
menos 1 litro de leche
1 cuchara sal molida
2 cucharas mantequilla
con sal
1 / 2 taza avena cruda
molida mezclada con
1 cucharilla sal y 1
cucharilla pimienta

POLLO RELLENO COLONIAL

Preparación.- Parta el pollo en 6 pedazos, pechuga, muslos, piernas, dejándole el hueso solamente en alas, piernas y muslos.

Condimente con el jugo de limón, la sal y la pimienta. Con un cuchillo filo ralle finamente cada presa, aplánela un poco, ponga encima una tajada de jamón y envuelva empezando de un extremo. Cuando termine sujétela con 2 mondadientes para que no se deshaga al freír. Cuando haya terminado de formar todos los rollos, caliente el aceite y bata ligeramente los huevos con una pizca de sal.

Rebóce los rollos y fríalos hasta que estén dorados. Sáquelos en una fuente cubierta con servilletas de papel. Quite los mondadientes.

En una bonita fuente ponga los rollos al centro, alrededor los espárragos intercalados con flores de tomate. Acompañe con las papas fritas picadas en bastoncitos, ensalada de zanahoria picada en cubitos pequeños y arvejas cocidas en agua con sal, condimentadas con mayonesa.

Cubra los rellenos con salsa de hongos.

POLLO AL ESTILO BROASTER

Preparación.- Divida el pollo en 7 pedazos, eliminando los huesos del esqueleto. Remójelo en un recipiente hondo con la leche y 1 cuchara de sal molida, durante una hora. Escorra.

Revuelva las presas en la avena, el comino y la sal molidas. Enmantequille una bandeja de homo y coloque el pollo, Encima ponga pedazos de mantequilla.

Lleve a homo a 200 grados si es eléctrico y 350 si es de gas, hasta que quede dorado y crocante.

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos más
o menos
1 ½ taza pan molido
1 huevo batido
1 cucharilla sal
Jugo de 1 limón
1/2 cucharilla
pimienta molida
2 cucharas
mantequilla
2 cucharas harina
blanca

Ingredientes salsa

1/2 taza hongos secos
2 cucharas maizena 1
cucharilla sal 1
cucharilla mantequilla
1 cucharilla sazónador
o 1 cubo de caldo de
pollo
2 tazas agua
1/2 taza agua

Ingredientes

1 1/2 tazas pollo
cocido y molido en
máquina de moler
carne
2 huevos enteros 1
1/2 taza pan molido
para la masa 1/2
taza de leche 1
cucharilla sal 1 ½
cucharilla pimienta
molida 1 taza cebolla
verde picada
1/2 taza pan molido
para revolver
croquetas

POLLO AL HORNO H

Preparación.- Divida el pollo en pedazos pequeños. Condimentelos con el jugo de limón, la sal y la pimienta. Revuelva las presas en la harina, luego, en el huevo batido y, nuevamente, en el pan molido.

Lleve al horno en un pirex o fuente de horno, untándolos con mantequilla y puestos pequeños trozos encima, por 40 a 50 minutos. Sirva con salsa de hongos y arroz graneado.

SALSA

Preparación.- Haga hervir los hongos (ya remojados y licuados) en las 2 tazas de agua, la sal, la mantequilla y el cubo de caldo o el sazónador. Disuelva la maizena en la 1/2 taza de agua y aumentela a los hongos. Cocine por 2 minutos más, removiendo constantemente, hasta que quede espeso y vidrioso. Cubra el pollo.

Sirva con ensaladas, yuca y phuti de fideo menudo.

CROQUETAS DE POLLO AL HORNO

Preparación.- En un recipiente mezcle todos los ingredientes y pruebe la sal. Forme croquetas de unos 8 cm. de largo en forma cilíndrica. Revuelva cada una en el pan molido, póngalas en latas enmantecadas a 3 cms. de distancia.

Lleve al horno caliente a 280 grados, por espacio de 20 minutos, hasta que queden doradas por todos lados.

Sirva en una fuente ovalada, con arvejas o vainitas cocidas al contorno. Adorne con gajos de tomate.

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos, más o menos 1 litro agua 1 kilo uvas grandes sin piel ni semillas 100 gramos mantequilla con sal 1 taza cebolla picada fina 1 / 2 taza aceite 1 tarro hongos en conserva o 1 taza secos y remojados en 3 tazas de agua 1 taza tomates pelados y picados finos 1 ¼ taza jugo de limón 1 cucharara sal molida 1 cucharilla pimienta negra molida 2 cucharas perejil picado

Ingredientes

1 pollo de 1/2 kilo 1 litro agua 1 cucharilla sal 4 huevos enteros 1 taza leche 1 cucharara mantequilla con sal 1 1/2 cucharas aceite 2 cucharas maizena 1 cucharara perejil 1 cucharilla pimienta molida 1 taza tomate licuado 1 taza cebolla 1 1/2 kilos papas cocidas (5 tazas puré)

POLLO CON UVAS

Preparación.- Divida el pollo en 7 pedazos eliminando los huesos del tórax. Condimentelos con la sal, el jugo de limón y la pimienta. Con la mitad del aceite y la mantequilla, dore las presas, póngalas al fuego en una cacerola y añada el agua.

En el saldo de la mantequilla, rehogue las uvas. En una sartén dore la cebolla con el resto del aceite. Agregue el tomate y el perejil. Con esta salsa cubra el pollo. Añada las uvas y deje cocer en una cacerola tapada hasta que el pollo quede suave. Luego ponga los hongos remojados y licuados en su misma agua. Deje cocer unos 10 minutos más.

Una vez listo, lleve a la mesa en una fuente, cubierto con su salsa. Sirva con ñoquis o tallarines.

SOUFFLE DE POLLO CON PURE DE PAPAS

Preparación.- Licúe la cebolla, el tomate y el perejil. Hágalos cocer con el aceite, por 5 mins., y mézclelos con la papa hecha puré y pruebe la sal. Enmantequille un molde de homo o pirex grande y vierta el puré, emparejando con una espátula.

En una cacerolita, caliente la leche con la mantequilla y la sal. Cuando esté hirviendo, añada la maizena disuelta en agua y remueva hasta que espese. Mezcle con el pollo cocido y picado en cubitos de 2 cms., los huevos ligeramente batidos, la sal y la pimienta.

Vierta todo sobre el puré de papas y póngalo a homo regular por 45 a 50 mins., hasta que quede compacto y esté dorado por encima.

Sirva en cuadrados de 8 cms. Da para 8 porciones.

Ingredientes

1 pollo
2 1/2 tazas agua
1 cucharas sal
2 amarros brócoli
1 taza leche
1 /2 taza
maizena
2 cucharas
mantecquilla con sal
2 tazas arvejas
cocidas con agua y
sal
1 taza pimienta morrón
picado en tiras
1 cucharilla pimienta
molida
1 cucharas vino blanco
áspero
5 huevos enteros
2 1/2 tazas queso
muzzarella

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos
1 taza pan molido
1 cucharas jugo de
limón
1 cucharilla sal
1 cucharilla pimienta
2 cucharas perejil
picado
2 huevos ligeramente
batidos
2 cucharas harina
para revolver
plátanos
6 tajadas tocino para
envolver plátanos
6 plátanos dejear
1 1/2 taza aceite para
freír supremas y
plátanos
2 cucharas agua fría

POLLO CON VERDURAS AL HORNO

Preparación.- Ponga a cocer el pollo en una cacerola, con el agua y la sal, hasta que esté suave. En una ollita, lleve al fuego 1 taza de caldo y leche. Añada la mantecquilla, la pimienta y la maizena disuelta en otra taza de caldo. Remueva hasta que espese. Añada el vino, las arvejas cocidas, y los pimientos. Deje cocer unos 5 minutos más. En una fuente separe las carnes del pollo, píquelas en cuadrados y mezcle con la salsa de vino y los huevos ligeramente batidos.

En un pirex enmantecquillado ponga la mitad del preparado de pollo, cúbralo con el brócoli (ya limpio de nervaduras y cocido en agua con sal). Esparza encima la mitad del queso raspado. Ponga nuevamente, el saldo del pollo. Empareje muy bien. Lleve al horno a 250 grados por 20 minutos, hasta que cuaje la crema. Saque y cubra con el queso restante. Ponga nuevamente al horno para derretir el queso. Sirva caliente, dividiendo en 8 porciones.

SUPREMAS DE POLLO CON PLATANOS

Preparación.- Divida el pollo en 6 presas y deshúeselas, dejando solamente, unos pedazos de hueso en las puntas de las piernas, muslos y alitas pegadas a la pechuga. Condimente con el jugo de limón, la sal y la pimienta molidas. En una tabla de cocina, aplánelas con el mazo. Revuélquelas en pan molido.

Bata ligeramente los huevos con las 2 cucharas de agua, una pisca de sal y el perejil picado. Pase cada presa en el huevo y, nuevamente, en el pan molido. Fríalas en el aceite caliente, en una sartén honda, hasta que estén doradas y cocidas de ambos lados. Sáquelas a una fuente cubierta con servilletas de papel. Guárdelas en lugar abrigado hasta que las sirva.

Pele los plátanos, revuélvalos en la harina y envuelva cada uno con una tajada de tocino. Sujete con mondadientes. Fría en el aceite sobrante de las supremas, hasta que estén dorados y cocidos. Para llevar a la mesa, acomode al centro de una fuente las supremas y los plátanos alrededor.

Sirva con canastitas de papa, rellenas con ensalada de choclo, o arvejas con salsa blanca, papas fritas, ensalada de brócoli y tajadas de tomate.

Ingredientes

- 1 pollo de 1 1/2 kilos,
cocido en 2 tazas de
agua con 1 cucharilla
de sal
- 1 taza arvejas cocidas
en 1 taza de agua
con 1/4 cucharilla de
sal
- 1 cubito de caldo Maggi
- 1 taza de mayonesa de
yemas (ver receta
pag. 295)
- 2 huevos duros
cortados en rodajas
- 2 cucharas aceite para
dorar cebolla
- 2 cucharas cebolla
picada Jiña
- 8 aceitunas verdes
- 6 hojas colapez
- 8 cebollas pequeñas en
escabeche

Ingredientes

- 1 pollo de 2 kilos
- 1 1/2 taza cebolla
licuada
- 1 taza tomate licuado
- 1 taza pimentón rojo
licuado
- 1 taza vino blanco
áspero
- 1 cucharilla pimienta
negra molida
- 1 cucharita sal
- 1/2 taza
aceite
- 12 ciruelas
- 1
litro de agua

GELATINA DE POLLO EN ARO

Preparación.- Remoje el colapez en 2 tazas de caldo hirviendo, juntamente con el cubo de carne Maggi, disuelto al baño "María". Vierta la mitad de la gelatina, en un molde de aro, esparza en la base en forma pareja. Ponga al freezer hasta que se cuaje; luego, adorne con rodajas de huevo duro y aceitunas verdes partidas por la mitad. Eche nuevamente gelatina encima del decorado y deje en el freezer hasta que enfrie.

Haga cocer el pollo en el agua con sal, cuando está listo, pique en cubos pequeños. Dore la cebolla en el aceite y mézclela con el pollo, juntamente con las arvejas. Añada la mayonesa. Remueva muy bien y eche en el molde con el saldo de la gelatina. Meta otra vez al freezer, hasta que quede cuajada. El momento de servir pase el molde por un recipiente con agua caliente.

Tape con la fuente para llevar a la mesa y voltee de golpe en ella. Decore el contorno con escabeche de cebolla y unos espárragos o flores de tomate u otras verduras.

POLLO CON CIRUELAS

Preparación.- Licúe la cebolla, el tomate y el pimiento morrón, con la mitad del agua.

Divida el pollo en 7 pedazos, eliminando los huesos del tórax y la espalda. Dórelos en una parte del aceite, hasta que queden crocantes. Póngalos en una cacerola y cúbralos con las verduras licuadas, la sal, la pimienta, el vino, el saldo de agua y el aceite. Deje cocer hasta que las presas queden suaves, pero no deshechas. Unos 5 minutos antes de retirarlas del fuego, añádales las ciruelas, las que deben quedar suaves, pero enteras.

Sirva cada presa con jugo y encima 2 ciruelas acompañadas de arroz chaufa y papitas duquesa.

Este pollo queda muy sabroso para una cena fina. (Arroz chaufa y papitas duquesa (ver pag. 250).

Ingredientes

1 / 2 taza aceite 1
taza cebolla finamente
picada 1 seso de vaca
lavado, extraídas sus
pieles y sus venitas
sanguíneos 1 taza
agua 1 cucharilla sal
1 pollo de 1 1/2 kilos
1 taza vino blanco
seco
1 / 2 cucharilla
pimienta molida 1
cuchara salsa de
tomate
1 taza tomate pelado,
picado
50 grs. mantequilla
con sal
1 cuchara perejil

SESOS CON POLLO

Preparación.- Corte el pollo en 7 presas, eliminando los huesos del tórax. Dore la cebolla en el aceite. Añada el pollo, el tomate picado, la pimienta, y la sal. Vacíe en una cacerola. Aumente el vino, el agua, la salsa de tomate y el perejil.

Lave los sesos en agua fría. Límpidos y con un cuchillo filo, sáqueles la piel que les cubre. Córtelos en tajadas y frías en aceite, hasta que queden ligeramente doradas.

Póngalas sobre las presas de pollo y deje cocer hasta que queden blandas, pero no deshechas.

Sirva con 2 papas blancas por persona y ensalada de vainitas condimentadas con aceite y mostaza.

Ingredientes

2 kilos carne de cordero
tierno 8 papas peladas
y cortadas en 4 partes
cada una 1 cebolla
grande picada
1 taza tomate pelado y
picado
2 dientes de ajo
1 cuchara de ají verde
1 1/2 tazas de cerveza
Jugo de limón
2 cucharas albahaca
1 cuchara sal molida
1 cucharilla comino y
otra de pimienta 1
cuchara orégano 1 / 2
taza aceite

CORDERO A LACERVEZA

Preparación.- Lave la carne y sáquele las grasas. Píquela en cubos y dórela juntamente con la cebolla picada, los ajos y el ají verde picado menudo.

Agregue el tomate licuado, el jugo de limón, la albahaca molida, la sal, la pimienta, el comino molido y el orégano desmenuzado.

Cocine en una cacerola a fuego lento.

Agregue la cerveza cuando el cordero esté suave. Sirva caliente con ensalada de coliflor.

ENSALADA DE COLIFLOR

Ingredientes

1 coliflor de 1 kilo,
más o menos 3 tazas
de agua para cocer la
coliflor 1 pan duro 1
cucharilla sal 1 taza
leche 1 cucharita
mantequilla con sal
1 /2 cucharilla
sal
2 cucharas maizena
disuelta en 1 /2
taza de leche

Preparación.- Haga cocer la coliflor partida en 4 partes, con el agua, la sal y el pan duro. Cuando esté suave, escurra el agua y deseche el pan.

Aparte, pique la coliflor en bastoncitos.

En una ollita, haga hervir la leche con la mantequilla y la sal. Aumente la maizena disuelta en la leche y haga cocer 3 minutos, removiendo continuamente.

Mezcle con la coliflor picada.

Ingredientes

1 pierna de cordero de
3 kilos, más o menos
2 dientes de ajo,
cortados en
bastoncitos
1 1/2 cucharillas sal
molida
1 /2 cucharilla
pimienta molida
2 tazas cebolla cortada
al hilo y dorada en el
aceite
2 1/2 tazas tomate
pelado y picado
1 /2 litro de agua
1 cucharita perejil
picado
1 / 4 taza aceite para
dorar la cebolla
2 zanahorias cortadas
en bastones
delgados
2 cucharas Jugo de
limón

MECHADO DE CORDERO

Preparación.- Lave la carne y frótela con la sal, la pimienta y el jugo de limón.

Con un cuchillo de punta, hágale unas incisiones en la pierna e inserte en ellas los bastones de zanahorias y ajos.

Ponga la pierna en una cacerola y añada la cebolla dorada, el tomate, el perejil y el agua. Cocine hasta que quede tierna, más o menos 1 hora. Si se seca añada 1 taza de agua cada vez que necesite, debe quedar siempre con un poco de jugo. Remueva para que no se pegue.

Cuando esté lista, córtela en tajadas, sírvala caliente, con jugo encima, y acompañada con puré de papas o ensalada de vainitas.

Ingredientes

1 pierna de cordero
macho de 3 kilos,
más o menos
2 tazas cebolla picada
al hilo
2 tazas tomate picado
en tajadas Jiñas
2 locotos sin semilla,
picados en tiras
3 zanahorias peladas,
picadas en rodajas
1 pimienta morrón rojo,
en tiras 1 cucharilla
pimienta negra molida
1 cuchara sal molida
1 cuchara perejil picado
2 cucharas salsa de
tomate
2 cucharas jugo de
limón
1 ½ taza aceite 1/2
taza vino blanco áspero
1 hoja de laurel 1 ¼
kilo tocino ahumado 1
litro agua

Ingredientes

3 tazas de coliflor o
brócoli
12 salchichas de
calentar 1 taza leche
1 taza queso muzarella
1/4 taza pan duro ,
molido
2 1/2 cucharas harina
2 cucharas
mantequilla
1 cubo de carne
concentrada

PIERNA DE CORDERO EN OLLA

Preparación.- Lave la pierna, luego, con un cuchillo de punta, púncela por todas partes. Corte bastoncitos de tocino y tiras de pimienta y rellene los huecos que hizo. Caliente el aceite y dore la carne.

Cuando esté lista, póngala en una cacerola de base ancha, añada todos los ingredientes arriba indicados, cubra con el agua y déjela cocer hasta que esté blanda. Si la pierna es tierna, estará lista en una hora, si no, en mayor tiempo.

Para comprobar que está cocida, pinche con un tenedor y si penetra fácilmente, apártela del fuego.

Sírvala cortada en lonjas y en presas las partes que tengan huesos. Acompañe con puré de papas y ensalada de vainitas o coliflor con salsa blanca.

COLIFLOR O BROCOLI CON SALCHICHAS

Preparación.- En una sartén derrita la mantequilla a fuego lento, añada la harina blanca hasta que se dore ligeramente, luego, aumente la leche, poco a poco, y el cubito de carne concentrada. Remueva hasta que la crema quede transparente y espesa.

En una fuente de horno coloque la mitad de las salchichas picadas, cubra con los gajos de coliflor o brócoli cocidos con agua y sal. Ponga nuevamente salchichas y vierta la crema sobre la superficie de este preparado. Esparza encima el queso muzarella picado. Ponga a horno caliente por 8 a 10 minutos, hasta derretir el queso.

Nota.- Si usa brocolí, antes de hacerlo cocer debe limpiar con un cuchillo todos los tronquitos de la corteza dura que los cubre, y recién ponerlos en agua con sal.

TAMALES CHUQUISAQUEÑOS

Ingredientes

1 kilo pataska
1 huevo entero
1 cucharilla
anís
3 cucharas manteca 1
cucharilla canela
4 cucharas azúcar 1
cucharilla sal

Ingredientes relleno
3/4 kilo lomo de
chancho picado y
frito en su misma
grasa
1 cucharita aji colorado
2 dientes de ajo 1 1/2
tazas cebolla,
finamente picada
3 cucharas aceite 1
cucharilla sal
1/2 cucharilla comino
1 cucharilla orégano 3
huevos duros 1 1/2
tazas tomate pelado
picado 1 cucharita
perejil 6 pasas por
cada tamal
1/8 kilo aceitunas sin
semilla

Ingredientes

3/4 kilo de hígado
vacuno
2 cucharas mostaza 1
cucharita jugo de
limón
1/2 cucharilla sal
molida
1 cucharilla pimienta
molida
3 cucharas aceite
para freír el hígado

Preparación.- Muela el mote cocido y forme una masa con la manteca entibada, el azúcar granulada, la sal, el anís, el huevo y la canela molida. Mezcle todo y deje reposar un momento.

Para el relleno, fría en el aceite el aji molido, añada la cebolla picada y dórela. Aumente el tomate, el perejil picado, el comino, el orégano, el ajo picado, la sal y la carne picada y dorada. Mezcle muy bien y haga cocer todo junto unos 15 minutos. Echele 1 taza de agua.

Ponga una masita en la palma de la mano, estírela y rellénela con una cucharita de jigote, un pedazo de huevo duro, una aceituna y 3 a 4 pasas de uva.

Envuelva con la chala de maíz u hoja de plátano y sujétela con una tira de la misma.

Al fondo de una olla ponga marlos secos y chalas de maíz, cubriendo con agua unos 5 cms. y encima los tamales. Déjelos cocer al vapor unos 20 minutos.

Hay ollas especiales para cocinar alimentos al vapor; si tiene una hágalos cocer en ella, poniendo agua al fondo. Sirvalos calientes, 2 tamales por persona.

HIGADO A LA MOSTAZA

Preparación.- Unte las tajadas de hígado con el jugo de limón, la pimienta y la mostaza. Fríalas en aceite caliente, dorando ambos lados. Cuando haya terminado, espolvoréelas con sal, así quedan más jugosas.

Sirva con papas fritas y algunas verduras cocidas como ser: vainitas, repollos de Bruselas o coliflor, condimentados con un poco de aceite y mostaza. Quedan sabrosas.

El hígado es un alimento completo de mucho valor nutritivo. Para que guste a todos prepárelo de diferentes formas.

Ingredientes

6 zanahorias picadas
en rodajas Jiñas (4
tazas)
4 tazas papas picadas
en rodajas jiñas
1 taza cebolla licuada
1 taza tomate licuado
1 cucharajugo de limón
1 cuchara perejil picado
1 1/2 cucharillas sal
1 /2 cucharilla
pimienta molida
2 tazas agua
1 /2 taza aceite
1 taza bastoncitos de
tocino ahumado

Ingredientes

1 receta masa de hoja
1 seso de buey o 1/2
kilo jamón 1 tarrito de
champiñones o 1 taza
de hongos frescos
1 cuchara jugo de
limón 50 gramos
mantequilla con sal 1
/4 paquete 3 cucharas
harina blanca
1 taza vino blanco seco
1 cucharilla sal 1
cucharilla sazónador 1
1/2 cucharilla nuez
moscada rallada 1 1/2
tazas agua

ENSALADA DE ZANAHORIA

CON TOCINO

Preparación.- Dore la cebolla y los tomates licuados, en el aceite. Viértalos en una cacerola sobre todos los ingredientes a la izquierda indicados y, al final, añada el tocino frito en su misma grasa.

Deje cocer hasta que la zanahoria esté suave, mezcle todo muy bien. Pruebe si está bien de sal. Sirva con bife de hígado o panza rebozada.

TIMBAL DE SESOS O JAMON

Preparación.- Lave los sesos en el caño de la pila, aparte las pieles que los cubren y las venas sanguinolentas. Hágalos cocer en una cacerola con el agua, el jugo de limón y la sal, por 10 minutos. Luego pique en dados de 2 cm.

En una sartén disuelva la mantequilla, añada la harina y dórela ligeramente; condimente con la pimienta y la nuez moscada. Agregue el vino y el agua. Deje cocer, removiendo todo el tiempo, hasta que espese y quede transparente. Agregue los sesos, hongos picados, las yemas y, al final, la crema de leche y el sazónador. Remueva y rellene el timbal con este preparado.

En una mesa enharinada estire la masa de hoja en forma rectangular. Divídala en 2 partes y hágala cocer en 2 fuentes de homo a temperatura mediana, hasta que la superficie quede dorada. Antes de poner al homo, pínchela con un tenedor, por todas partes, para que no hinche al cocer y no se queme. Rellene el timbal y ponga nuevamente al homo por unos 5 minutos hasta que caliente. Sirva como 2do. plato, dividido en cuadrados.

Puede cambiar el relleno con jamón picado en vez de los sesos y arvejas cocidas, supliendo los champiñones.

Ingredientes

3 riñones de ternera 2
cucharas mantequilla
2 cucharas aceite 2
cucharas ají molido
amarillo 1 /2 taza
tomate pelado y picado
fino 1 cucharilla
comino molido
1 cucharilla sal 1
cucharilla orégano
1 taza agua
2 cucharas vino blanco
seco
1 cuchara perejil
picado
2 cucharas mostaza 1
taza cebolla picada
fina
1 lata de hongos
frescos o
1/2 taza hongos secos

RIÑÓN DE TERNERA CON HONGOS

Preparación.- Dore el ají y la cebolla en el aceite y la mantequilla, removiendo constantemente.

Haga cocer unos minutos y agregue los tomates, la sal, la mostaza, el vino, los hongos (remojados en agua y picados), el comino, el orégano desmenuzado, el agua, el perejil, y al final, los riñones limpios de nervios y grasa, picados en cuadrados de 2 1/2 cms.

Deje cocer en la salsa, hasta que no quede residuo de sangre.

Sirva con una papa blanca cocida en agua con sal a gusto. Acompañe con ensalada de fideo.

HIGADO CON SALSA DE CEBOLLA

Preparación.- Corte el hígado en bistecs pequeños. Condiméntelos con el jugo de limón, la sal y la pimienta.

Rebócelos con pan molido, dórelos en 2 cucharas de aceite, colóquelos en un pirex, cúbralos con la cebolla, el vino y con 2 cucharas de aceite.

Lleve 5 minutos al horno caliente (300 grados).

Fría las papas en abundante aceite y cuando estén doradas, espolvoréelas con sal molida.

Sirva el hígado con arroz graneado y las papas fritas.

Ingredientes

1 kilo hígado de vaca
2 cucharas jugo de
limón
1 cucharilla sal
1 1/2 cucharilla
pimienta molida
2 tazas cebolla blanca
picada en rodajas
finas
3 cucharas vino blanco
seco
1/2 taza pan molido
1 1/2 tazas aceite
10 papas, peladas y
picadas en
bastoncitos

Ingredientes

2 riñones de ternera,
sin grasa ni piel
1 / 4 taza aceite
1 1/2 tazas cebolla
picada fina
1 1/2 tazas tomate
picado fino
1 cuchara orégano
desmenuzado
1 cuchara perejil
picado
1 cucharilla comino
3 1/2 tazas de agua
1 / 2 taza vino tinto
seco
2 locotos sin semillas,
picados en tiritas
finas

JGLKE

Preparación.- En una sartén dore la cebolla con el aceite y agréguele el tomate, el locoto, el perejil, el orégano, el comino, el agua y el vino. Deje cocer un cuarto de hora.

Limpie los riñones de piel y grasas, luego, corte en tajadas delgadas y mézclelas con los primeros ingredientes. Deje que cuezan, solamente hasta que pierdan todo residuo de sangre.

Sirva en platos hondos con su caldo, cubiertos de ensalada de cebolla cruda, tomate y una papa blanca al lado.

RIÑONES AL MINUTO

Preparación.- Saque las grasas de los riñones y píquelos en tiras delgadas. Remójelos por 2 minutos en agua fría con sal y enjuáguelos muy bien.

Ingredientes

2 riñones de res
1 cuchara aceite
1 cuchara
mantequilla con sal
1 hoja de laurel 1
cuchara de harina 1
/ 2 taza agua Jha 3/4
taza de vino blanco
áspero Sal y pimienta
al gusto
Jugo de 1/2 limón

En una sartén derrita la mantequilla y el aceite. Cuando estén bien calientes, ponga los riñones, la sal, la pimienta, la hoja de laurel y el jugo de limón.

Cocine 1/4 de hora removiendo la carne para que no se queme, luego, agregue la harina disuelta en el agua, mezcle muy bien y añada el vino. Deje cocer 2 minutos más, removiendo siempre.

Sirva caliente, con una papa entera y arroz graneado.

Ingredientes

6 riñones de cordero,
pelados y partidos
en 2 o 2 riñones de
vaca
1 cuchara mantequilla
con sal 1/2 taza
aceite 1 taza cebolla
picada fina
1 taza tomate pelado
picado menudo 1 1/2
taza pimienta, picado
menudo
1 cuchara perejil
2 dientes ajo picado
1 taza vino blanco
áspero
1 taza caldo o agua 1
cubito caldo
concentrado 1 /4 kilo
papas 1 cuchara aji
molido colorado
(opcional)

Ingredientes

1 kilo panza cocida
2 huevos enteros
1 /2 taza harina
1 /2 taza agua fina
1 pizca de sal
1 litro de agua
1 cucharilla sal
1 cuchara jugo de
limón
2 cucharas
chorrellana para
cada panza
1 taza aceite para
dorar papas y fireir
panza
6 papas runas

RIÑONES DE CORDERO O DE RES

Preparación.- En una sartén dore las papas picadas en cubitos, con el aceite y la mantequilla, sáquelas a una fuente.

En el mismo aceite dore, por 10 minutos, el ají y la cebolla; aumente el tomate, el pimienta, los riñones, el vino y luego, caldo concentrado disuelto en agua. Haga cocer unos minutos, hasta que el jugo se reduzca un poco y estén cocidos los riñones.

Preparación.- Pele las papas y rállelas en rodajas no muy

Sírvalos calientes y cubra cada plato con las papas fritas y el perejil picado. Acompañe con ensalada de fideos.

PANZA REBOZADA A LA CHORRELLANA

delgadas, lávelas y escúrralas en una coladera, hasta que no tengan nada de agua.

Ponga el aceite a calentar en una sartén y fría las papas en pequeñas porciones, hasta que se doren. Sáquelas con una espumadera.

Limpie la panza y hágala cocer por unos 20 a 25 minutos en el agua con la sal y el jugo de limón. Escorra y divídala en 5 pedazos, luego, reboce en la preparación de los huevos batidos, mezclados con el agua, la harina y la sal. Fríalos en el aceite sobrante de las papas, hasta que se doren por ambos lados.

Sirva un pedazo de la panza rebozada con las papas fritas encima, cubiertas con la chorrellana y una porción de arroz graneado.

Ingredientes

1 kilo panza cocida 1
/2 taza arvejas 6
papas
1 1/2 tazas cebolla
picada Jiña
1 taza tomate picado
fino
2 cucharas ají molido
colorado
1 /4 taza aceite para
dorar ají y cebolla 1
cucharilla comino 1
cuchara orégano
desmenuzado 1 1/2
cucharillas sal 1 litro
agua para cocer la
panza
1 cuchara Jugo de
limón
1 cuchara perejil picado

Ingredientes

1 1/2 kilos lomo o
churrasco, sin grasas
ni nervios
6 huevos
1 1/2 cucharillas sal
molida
1 cucharilla pimienta
negra molida
1 taza aceite para freir
papas
1/2 taza papa runa,
Jrita en bastoncitos
gruesos (por persona)
1/2 taza arroz
graneado
2 1/2 cucharas
chorrellana
Aparte, ensalada de
lechuga con rodajas
de tomate

PICANTE DE PANZA

Preparación.- Limpie muy bien la panza y píquela en tiras de 2 1/2 cms. por 2 cms. de tamaño. Hágala cocer en el agua con la sal y el jugo de limón, hasta que esté muy blanda. Añada las arvejas, luego, el ají y la cebolla fritos en el aceite, el tomate, las papas partidas en 2 y los demás condimentos. Deje cocer todo junto hasta que las papas queden suaves. Si falta líquido, añada lo necesario.

Sirva acompañado de phuti de fideo o arroz graneado.

LOMO MONTADO

Preparación.- Tenga listos y calientes el arroz graneado, las papas fritas, la chorrellana y la ensalada de lechuga preparada, puesta en el refrigerador.

Limpie el lomo de grasas y nervios y rállelo contra el hilo en 6 pedazos de 3 1/2 cms. de espesor. Martájelos un poco para que se suavicen. Fría una o dos piezas en una sartén grande, con una cuchara de aceite muy caliente. Cuando salga jugo encima espolvoréelas con sal y pimienta; voltéelas para que se doren del otro lado, al que también debe condimentar con sal y pimienta. Sáquelas en una fuente con todo su jugo. Para freir otras carnes, añada siempre a la sartén 1 cuchara de- aceite cuando esté muy caliente. Continúe friendo hasta terminar todas. Así quedan doradas y jugosas a la vez.

Las cocinas modernas tienen una plancha especial para freir bifes, pescados o lo que uno desee. Si tiene una, pásele el aceite a ésta con una brocha de cocina, en muy poca cantidad, y cuando esté muy caliente, póngale todos los bifes a la vez.

Mientras se doren, aliste los platos con papas fritas y arroz graneado amoldado con un pocilio especial. Al centro coloque el lomo, cubierto con la chorrellana y un huevo frito encima. Lleve la ensalada de lechuga, en lina fuente aparte, para que se sirva a gusto.

Ingredientes

1 1/2 kilos lomo sin
grasas ni nervios 3
cucharas aceite
1 botella cerveza o 4
tazas chicha o 4
tazas vino tinto seco
2 tazas cebolla picada
al hilo
1 1/2 tazas tomate
picado en tiras 1 1/2
cucharillas sal 1
cucharilla pimienta
negra molida 1
cucharilla orégano
desmenuzado
1 cuchara perejil
picado
2 locotos picados
2 cucharillas
sazonador

Ingredientes

1 kilo de carne blanda
de res, picada en
dados de 2 1/2 cm.
1 f 4 kilo chorizos de
calentar, picados en
rodajas
2 pechugas de pollo,
picadas en cubos
2 tazas cebolla, picada
al hilo
3 locotos picados
1 taza tomate picado
en tiras
1 cucharilla sal
1 cucharilla pimienta
6 papas runas
12 huevos de codorniz
duros
1 taza de aceite para
Jretr papas

LOMO BORRACHO (PLATO TRADICIONAL COCHABAMBINO)

Preparación.- Corte la carne en 8 pedazos, enmante- quíllelos un poco para que se ablanden. En una sartén caliente ponga una cuchara de aceite y fría las carnes de 2 en 2; cuando presenten jugo encima, voltéelas y deje que se doren del otro lado. Proceda así con todos los pedazos, luego, póngalos en una cacerola, mejor si es de base ancha y recién espolvoréelos con la sal, la pimienta y el sazónador. Agregue a la sartén en que frío las carnes, el resto de aceite, para dorar en él la cebolla, el tomate y el locoto picado en tiras. Cubra con esta salsa los asados y al final, eche la chicha o la cerveza. Deje cocer unos 20 a 25 minutos.

Sirva en platos hondos, una carne en la base, cubierta con su caldo, encima la ensalada de cebolla cruda y una o dos papas blancas al lado.

PIQUE A LO MACHO

Preparación.- Fría las papas picadas en bastoncitos hasta que queden domdas, escúrralas y espolvoréelas con sal.

En una sartén ponga a calentar 1 cuchara del aceite sobrante de las papas; fría la carne picada. Deje que se dore de un lado y otro. Sáquela a una fuente con todo su jugo, para poner otra cantidad, hasta terminar. En la misma sartén rehogue ligeramente los chorizos, el pollo cocido picado, la cebolla, el tomate y el locoto; mezcle con la carne frita, la sal y la pimienta. Haga dar un hervor a todo junto.

Sirva con papas fritas en la base y adorne con huevos duros de codorniz encima y círculos de locoto a toda la superficie.

Ingredientes

1 1/2 kilos laping
(carne gruesa que
cubre la costilla de la
res)
1 cucharilla sal
1 cucharilla pimienta
molida
1/2 taza chicha
1 cucharita ablandador
de carne
1/4 taza jugo de limón
1 papa cocida con
cáscara en agua por
persona
Ensalada de lechuga
en una fuente aparte
1/2 taza arroz
graneado por
persona
1/2 taza aceite para
freír carne
3 ó 4 bastoncitos fritos
de yuca por persona

Ingredientes

5 pedazos de charque
hecho en casa 2
cucharas ají amarillo
molido 1 cucharilla
comino molido
1 cucharita orégano
desmenuzado 1 litro
de agua

LAPING

Preparación.- Parta la carne en 6 pedazos iguales. Condimentelos con la sal, la pimienta el jugo de limón, la chicha y el ablandador. Mezcle muy bien y déjelos en el refrigerador por unas 6 horas, hasta el momento de freír.

En una sartén coloque una cuchara de aceite y cuando esté muy caliente, ponga al fondo unas 2 carnes del lado de la grasa, hasta que se doren muy bien. Voltéelas y déjelas dorar de la otra parte, echándoles un poco del jugo en que remojaron.

Sirva caliente, en platos planos con la grasa puesta encima. Acompañe con arroz graneado y yucas fritas al lado. Aparte prepare una ensalada de lechuga. En Bolivia, cualquier plato sea de lechón, bife, képeri, conejo o pollo, debe servirse con el principal acompañamiento: un plato de llajwa o jallpawayka.

CHARQUECAN

Preparación.- Lave el charque y hágalo cocer en una cacerola, cubierto con agua, por 1/2 hora. Luego golpéelo en la piedra de moler o tacú, hasta que quede como hilachas y sea fácil de picar. Desmenúcelo en tiritas finas.

En una sartén haga cocer el ají con el aceite, removiendo constantemente. Añada el charque picado, el comino y el orégano, mezcle todo y deje que se retueste. Al final agregue un poco del caldo donde coció el charque.

Sírvalo caliente, acompañado de chuñu phuti, una papa blanca y cubierto con ensalada de cebolla cruda.

Nota.- Añada al almuerzo o sopa del momento, el caldo en que cocinó el charque.

RELLENO DE PLATANO MADURO

Preparación.- Haga cocer los plátanos al vapor o en una cacerola con 1 1/2 de tazas agua, a fuego fuerte por 15 minutos. Escúrralos y estrújelos como puré en una fuente plana con un tenedor.

Ingredientes masa

5 tazas plátanos
maduros, cocidos al
vapor y hechos puré
(6 porciones)
1/2 taza harina blanca
2 huevos enteros
1/2 cucharilla sal
molida

Ingredientes jigote

2 tazas carne blanda
molida
1 1/2 tazas cebolla
licuada
1 1/2 tazas tomate
licuado
1 cucharara perejil,
picado fino
1 1/2 cucharillas sal
molida
1/4 taza aceite para
jigote
3 huevos duros
6 pasas de uva para
cada relleno
1 aceituna verde o
negra, pequeña y sin
pepa
1 cucharilla, pimentón
molido
1 cucharara ají colorado,
molido y Jrito en el
aceite
1 taza aceite parajreir
rellenos.

Agregue los huevos enteros sin batir y la harina cernida. Amase ligeramente y, en la palma de la mano, forme como un panecito plano.

Póngale una cuchara del jigote, un pedazo de huevo duro, las pasas y una aceituna. Una los bordes y forme como una pelota algo aplanada, del tamaño de un puño.

Cuando haya terminado todos, fríalos en aceite caliente, voltéelos con cuidado para que no revienten.

JIGOTE

Preparación.- En una sartén, caliente el aceite, haga cocer el ají molido, aumente la cebolla, el tomate, el perejil y el pimentón o ají molido, luego, la carne molida y la sal.

Añada un poco de agua y haga cocer 15 minutos, removiendo constantemente. Deje que seque el jugo para que no se remoje la masa de los rellenos.

Sirva caliente como segundo plato, 2 porciones por persona.

Los rellenos de papa se preparan en la misma forma, con la misma cantidad de ingredientes, solamente cambiando el puré de plátano por papa.

Ingredientes

2 1/2 kilos lomo
1 cuchara pimienta molida
1 cuchara jugo de limón
1 cucharilla sal molida
2 cucharas maizena
1 taza agua para disolver la maizena
1 taza cebolla, finamente picada
1 1/2 taza aceite para dorar la cebolla
1 taza tomate picado
2 tazas agua para cocer carne
1 taza pimienta rojo, picado en tiritas
1 taza arvejas peladas y cocidas en agua con sal
1 1/2 tazas rodajas de tomate
1 taza jamón picado
1 taza vino blanco áspero
2 zanahorias peladas y picadas en cuadrados
1 tarro espárragos
4 huevos duros

LOMO DE TERNERA RELLENO

Preparación.- Ralle el lomo, para que quede de 25 cms. de ancho. Condimentelo con el jugo de limón, la sal y la pimienta. Déjelo en una fuente en lugar frío, hasta que prepare el relleno y la salsa.

En una sartén, con el aceite fría la cebolla hasta que se dore, añádale el tomate y la mitad del pimienta, ambos picados. En una olla, haga cocer los huevos por 12 minutos, cubiertos con una cuchara de vinagre y agua fría. Escúrralos y déjelos enfriar en agua fría para que se pelen enteros y con facilidad. Cueza las arvejas con agua hirviendo y sal, en olla destapada, hasta que estén suaves. Escúrralas para que permanezcan verdes.

En una fuente plana estire la carne y mezcle el jamón picado con los pimientos, las arvejas y las zanahorias. Ponga al centro de la misma este relleno y los huevos duros en fila. Envuelva la carne, empezando de un extremo y amárrela fuertemente, en forma espiral, con una pita sin pelusa.

En una cacerola de base ancha coloque la salsa de cebolla; encima de la carne enrollada, vierta el agua, el vino y la sal. Deje cocer hasta que la carne quede suave, más o menos 1 1/2 a 2 horas. Con una cuchara de palo, remueva la base de la olla, volteo de rato en rato la carne y aumente agua si se seca. Cuando esté lista, el jugo debe alcanzar a 2 1/2 tazas.

Cuando la carne esté cocida, apártela de la cacerola, cuele el jugo y, nuevamente, ponga en la olla. Disuelva la maizena en el agua y échela a la salsa. Deje cocer unos minutos más, hasta que espese y quede transparente. Quite la pita y corte la carne, en una tabla, en rodajas de 1 cm. de espesor.

Colóquela en forma de corona en una fuente redonda, con las rodajas de tomate al centro y los espárragos alrededor de la carne. También puede sustituir los espárragos por brócoli, cocido en agua con sal.

Cubra las carnes con una parte de la salsa. Ponga la otra porción en una salsera, con un cucharoncito para servirse a gusto.

Ingredientes

12 achojchas grandes
o 12 pimientos
grandes
1 cucharilla sal para
cocer achojchas 1 ½
kilo carne molida 1
cucharilla pimienta 1
taza cebolla picada
fina
1 taza tomate picado
1 cuchara perejil
2 cucharas salsa de
tomate
1/4 taza aceite
1 cucharilla sal para
jigote
2 huevos duros
6 aceitunas partidas
en dos
2 huevos para rebozar
rellenos 1 /2 taza agua
1/2 cucharilla sal 2/3
taza harina 1 taza
aceite para freír
rellenos

Ingredientes

1 taza leche
evaporada
2 huevos batidos 6
tajadas pan de
molde
6 huevos enteros 2
cucharas
mantequilla 1 taza
jamón o mortadela
molida 1 /2
cucharilla pimienta
molida 1 /2
cucharilla sal
molida, para
aderezar leche

RELLENO DE ACHOJCHA O PIMENTON CON CARNE DE RES

Preparación.- Corte las dos puntas de las achojchas, saque con cuidado las pepas y las adherencias del centro. Hágalas cocer por unos 10 minutos en agua con sal. Escúrralas en una coladera. Cuando estén frías rellénelas con una cuchara o más de jigote, un pedazo de huevo duro al centro y 1/2 aceituna.

El jigote se prepara de la siguiente manera: coloque el aceite en una sartén y cuando esté caliente, dore la cebolla, añada la carne, el tomate, el perejil, la pimienta molida, la salsa de tomate y deje cocer por 10 minutos.

Hay personas a las que les agrada el ají, entonces cambie la salsa de tomate por 2 cucharas de ají molido, cocido en el aceite junto con la cebolla y los demás ingredientes. Bata los 2 huevos con la sal, agregue la harina y el agua, mezcle muy bien y en esta crema, revuelva con cuidado los rellenos.

Fílalos, por ambos lados, en el aceite. Sáquelos en una fuente cubierta con servilletas de papel. El relleno de pimientos se hace en la misma forma.

ANILLOS DE JAMON O MORTADELA

Preparación.- En un recipiente mezcle la leche con los 2 huevos batidos, la sal y la pimienta. Moje los panes en esta preparación y colóquelos en una fuente para horno, enmantequillada.

Alrededor de cada pan, ponga el jamón o la mortadela molida, en forma de anillo. Lleve al horno caliente por 5 minutos. Saque la fuente y vierta al centro de cada anillo un huevo, espolvoréelo con sal y pimienta y hágalo cocer hasta que quede la clara blanca por encima.

Sirva sobre ensalada de porotos.

Ingredientes

1 kilo carne blanda
2 zanahorias picadas
Jiñas
1 /4 kilo tocino
ahumado picado
1 taza hongos secos
remojados
1 taza tomate licuado
1 taza pimienta morrón
picado en tiritas
1 taza cebolla licuada
1 cuchara orégano
desmenuzado
1 cuchara rasa sal
molida
1 cucharilla pimienta
negra molida
1 cucharilla comino
molido
4 pasas de uva para
cada niño envuelto
1/2 taza aceite
2 huevos duros
partidos en 4
1 taza vino tinto seco

Ingredientes

1 kilo carne de ternera
(cadera)
Sal y pimienta al gusto
1/2 taza pan molido
2 huevos batidos
100 grs. mantequilla
con sal
1 cuchara aceite
Jugo de limón
6 huevos

NIÑOS ENVUELTOS

Preparación.- En una sartén fría la cebolla y el tomate. Agrégueles los condimentos y el vino. Deje cocer unos 10 minutos. Divida la carne en 8 pedazos y rállela en láminas delgadas, extirpando los nervios y la grasa.

Extiéndalos y rellénelos con 1 cuchara de zanahoria, tocino, pimienta picado, hongos picados, huevos divididos en 4 y 4 pasas para cada uno. Envuelva y sujete con 2 palillos de dientes. Cúbralos con la salsa de cebolla y 2 tazas de agua. Haga cocer, mejor en olla de presión, hasta que queden blandos.

Süva dos por persona, con ensalada de vainitas con mayonesa y 1 papa blanca cocida en agua, con sal a gusto.

ESCALOPINES DE TERNERA

Preparación.- Corte 6 bistecs delgados sin grasa ni nervios. Sazónelos con sal y pimienta al gusto. Golpéelos un poco para suavizarlos. Revuélvalos en el pan molido, luego, en el huevo batido con una pizca de sal y al final, nuevamente, en el pan molido.

Dórelos en la mantequilla caliente, mezclada con el aceite. Al momento de servir, rocíe la carne con el jugo de limón.

Fría los huevos y póngalos encima del arroz graneado. Acompañe con papas fritas.

Ingredientes

*1 matambre de 1 1/2
kilos (laping)
1 hoja de laurel 1 1/2
taza cebolla picada
1 zanahoria rallada
2 dientes fie ajo
mortajados
Jugo de 2 limones Una
pizca de nuez moscada
rallada 1 cucharilla sal
1 cucharilla perejil 1
cucharilla pimienta
1 cucharilla comino
2 cucharas aji molido,
cocido en 2 cucharas
de aceite
2 tajadas papaya
licuada*

*Ingredientes relleno
2 zanahorias cortadas
en rodajas Jiñas 1
amarro de acelga
lavada y picada 1 taza
tomate pelado y picado
Sal y pimienta al gusto
1 taza cebolla picada
(cocida en 2
cucharas de aceite)
1 cuchara albahaca
desmenuzada
1 pimiento morrón
picado en tiras
delgadas
2 huevos duros
1 pan remojado en
leche*

MATAMBRE O LAPING ENROLLADO

CON DIFERENTES VERDURAS

Preparación.- En un recipiente mezcle los ingredientes. Sumeija en él, el matambre de un lado y de otro para que se empape completamente en los condimentos.

Deje en el refrigerador de un día para otro, tapado con un plástico, para que no pierda el sabor del condimento.

RELLENO

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes, menos los huevos duros. Extienda el matambre en una fuente, con la cara grasosa encima y ponga el relleno muy bien mezclado, esparciendo a toda la superficie. Al centro coloque los huevos duros, cortados en cuatro, a lo largo.

Enrolle, empezando por un extremo, hasta terminar. Con una pita amarre y déle vueltas, apretando para que no se deshaga. Haga cocer en una olla cubriendo con la cebolla dorada y un litro de agua, hasta que quede tierno, si el jugo se seca antes de cocer, aumente un cucharón de caldo hasta que la carne quede blanda.

Cuando esté suave, póngale un peso encima, para que no se desenrolle. Manténgalo amarrado hasta el momento de servir. Saque las ataduras y córtelo en rodajas.

Colóquelo en una fuente, con papas "duquesa" alrededor y ensalada de verduras. El jugo caliente debe ir en una salsera.

LOMO DE RES MECHADO CON TOCINO

Ingredientes

1 lomo de 2 1/2 kilos
1/4 kilo tocino
ahumado
2 pimientos morrones
picados en tiritas
1 1/2 taza de aceite
1 cuchara rasa sal
molida
3 dientes de ajo
2 cucharas maizena
1 taza agua para
disolver maizena
1 1/2 tazas tomate
pelado picado
1 1/2 tazas cebolla en
rodajas Jiñas
1/2 cucharilla pimienta
molida
2 cucharas jugo de
limón

Ingredientes acompañamiento

1 kilo de repollitos de
Bruselas, cocidos en
agua y sal
1 kilo papas cocidas en
agua con sal
2 huevos
1/2 taza harina blanca
1 cucharilla sal molida
1 quesoillo grande para
rellenar papas
1 1/2 tazas aceite para
freir papas duquesa
en forma de peras

Y PIMIENTOS

Preparación.- Con un cuchillo filo pinche la carne en varios lugares. Inserte pedazos de tocino y pimientos morrones en bastoncitos. Unte el lomo con el jugo de limón, la sal y la pimienta, luego, amarre con una pita sin hilachas formando como un chorizo.

Colóquelo en una fuente, cubierto con la cebolla, el tomate los ajos picados y envuelto en papel aluminio. Ponga al horno a 250 grados, durante 35 minutos por kilo de carne. En este caso, 1 hora y 10 minutos.

Cuando esté cocido, sáquele el cordel, córtelo en rodajas de 2 cms. de espesor, colóquelo en la fuente como si estuviera entera la carne. Cubra con la siguiente:

SALSA

Cuele el jugo que quedó sobre la fuente, enjuague con 2 tazas de agua y haga hervir brevemente en una ollita, a fuego regular, por 5 minutos, agregue la maizena disuelta en 1 1/2 tazas de agua. Remueva constantemente para que no se formen grumos ni se pegue a la base de la olla.

ACOMPANAMIENTO

Limpie los repollitos de Bruselas, uno por uno, sacando las hojas de encima. Póngalos a cocer en una olla con agua hirviendo y 1 cucharilla de sal, hasta que estén tiernos.

Lleve a la mesa en una fuente, untados con una cuchara de mantequilla con sal.

Decore con rodajas de tomate y papitas duquesa.

Ingredientes

*1 filete limpio de nervios
y grasas
2 cucharas pimienta
negra molida áspera
Sal al gusto 2 cubitos
de carne concentrada 1
taza crema de leche
1 taza vino blanco
áspero
2 cucharas aceite
2 cucharas
mantequilla con sal 1
porción papas fritas 1
porción arroz*

Ingredientes

*1 peseto de 1 1/4 kilos
1/4 kilo tocino en
bastoncitos 1 taza vino
tinto seco 1/2 taza
aceite para dorar carne
y cebolla
1 litro de agua para
cocer carne 6
zanahorias grandes 1
cuchara sal para cocer
la carne 3 naranjas
1 cuchara perejil
2 tazas tomate pelado
y picado
2 tazas cebolla
finamente picada 2
cucharas mostaza y
una de mantequilla
1 cuchara jugo de
limón
2 tazas de agua con
una cucharilla de
sal, para cocer las
zanahorias*

LOMO A LA PIMIENTA

Preparación.- Divida el lomo en tajadas de 4 1/2 a 5 cm. de espesor. Revuélvalos en la pimienta, presionando sobre ésta. Ponga a calentar en una sartén, la mantequilla con el aceite. Dore de 2 en 2 los pedazos, hasta que se forme una costra dorada; vuélquelos y fría del otro lado en la misma forma. Cuando estén fritos todos, viértales la crema, el vino y los cubos de carne. Mezcle muy bien y deje cocer unos minutos más. Condimente con sal al gusto.

Sirva el lomo al centro, cubierto por el jugo, junto con arroz graneado en olla de presión y papas fritas. Puede acompañar con ensalada de vainitas, espárragos o palmitos.

PESETO O WITHU CON ENSALADA

DE ZANAHORIAS Y NARANJA

Preparación.- Lave el peseto y con un cuchillo filo de punta, haga unas incisiones en todo el rededor de la carne. Introduzcale los bastoncitos de tocino y dórelo con el aceite. Póngalo en una cacerola y cúbralos con la cebolla dorada en el aceite sobrante de la carne, la sal, el tomate, el vino y el agua. Tape la olla y déjela cocer hasta que quede tierna, más o menos 2 1/2 a 3 horas. En caso que falte agua, remueva la olla y añada caldo, de taza en taza. Nunca eche de golpe mayor cantidad de líquido, porque el guiso pierde la sazón.

En una cacerola haga cocer las zanahorias peladas y picadas en rodajas delgadas con agua y sal, hasta que estén blandas. Añada el agua sobrante de las mismas, a la carne. Aliñe las zanahorias con el jugo de limón, la mostaza y la mantequilla. Corte la carne en rodajas de 1 cm. de espesor y cúbrala con un poco de salsa. Sirva en una fuente, colocando las tajadas de carne al centro, una junto a la otra, como si la carne estuviera entera. Ponga alrededor las rodajas de zanahoria con perejil y, para terminar, decore con rodajas de naranja partidas cada una a la mitad.

En una salsera coloque el jugo de la carne o salsa, para que se sirva a gusto.

LOMO DE BUEY ASADO

CON TOMATE

Ingredientes

1 1/2 kilos filete de
buey
3 cucharas harina 2
cucharas mantequilla
con sal 2 cucharas
aceite 1 taza vino
blanco seco
1 taza agua caliente 1
tarro salsa de tomate
1 cuchara perejil
picado
1 cucharilla pimienta
negra molida 1
cucharilla sal molida

Preparación.- Divida la carne en bifes de 3 cms. de espesor. Golpéela un poco con el mazo. Rebócela con la harina, por todas partes y fríala en aceite y mantequilla caliente, hasta que forme como una costra.

Póngala en una cacerola y cúbrala con el vino, la salsa de tomate disuelta en el agua, el perejil, la pimienta y la sal.

Hágala cocer por 10 minutos y sírvala caliente, acompañada de arroz graneado, ensalada de vainitas con mayonesa y papas blancas cocidas en agua.

ZONZO

(PLATO TIPICO DEL ORIENTE BOLIVIANO)

Preparación.- En una cacerolita haga cocer la yuca pelada y muy lavada, cubierta con agua. Cyando esté blanda, escúrrala y con un tenedor estrújela, extrayéndole todas las fibras que tiene al centro.

Ingredientes

2 kilos yuca (6 tazas
hecha puré)
2 cucharas mantequilla
con sal
1 cucharilla sal 1 1/2
tazas queso
menonita 1 1/2
tazas queso chaqueño
o quesillo
2 huevos enteros

En un recipiente mézclela con todos los ingredientes y forme una masa cilíndrica de 10 por 4 cm. de ancho. Introduzca con cuidado unas varillas de madera al centro de cada masa.

Puede colocarlas directamente a la brasa o la plancha, hasta que queden doradas a todo el rededor.

Sirva caliente con café.

PAPAS CON VINO TINTO

(Acompañamiento para carnes)

Ingredientes

1 1/2 kilos papas 3
cucharas rasas de
harina blanca
1 taza vino tinto
áspero
2 tazas agua
1/2 cucharilla sal
molida 1/2
cucharilla pimienta
molida 1 taza cebolla
finamente picada 1
/4 taza aceite para
dorar cebolla

Preparación.- Pele y lave las papas. Píquelas en cubos grandes. Caliente el aceite en una cacerola y dore la cebolla.

Disuelva la harina con el agua, deje que hierva un momento, agregue el vino, la sal y la pimienta. Ponga las papas a cocer en esta salsa, a fuego suave durante 20 minutos más o menos.

Deben quedar cocidas y los pedazos enteros. Acompañe con ellas filet mignon o roast beef.

RODAJAS DE ZANAHORIA AGRIDULCE

Preparación.- Haga cocer al vapor la zanahoria picada hasta que quede blanda, agregue los ingredientes anotados y deje que den un hervor todos juntos.

Ingredientes

5 tazas zanahoria en
rodajas finas 1 taza
vinagre 1/2 taza de
aceite 1/2 taza
azúcar 1/2 taza
ketchup 1/4 taza
cebolla picada fina 1
cucharilla sal

Deje enfriar y coloque en unos tres recipientes de plástico, tápelos herméticamente y congélelos. Debe descongelar a temperatura ambiente unas 3 horas antes de servir.

Queda una ensalada muy fina y sirve para acompañar diferentes carnes y pescados.

Nota.- Puede cambiar la zanahoria con rodajas de nabo, tiras de achojcha o tronquitos de apio, con las mismas cantidades de la receta.

Ingredientes

6 tazas papas cocidas
con su cáscara,
peladas y picadas en
rodajas 1 /2 taza
vinagre de uva
1 1/2 tazas cebolla
picada en rodajas
1 1/2 cucharas
mostaza 4 huevos
duros cortados en
rodajas 1 taza
mayonesa 1 1/2
tazas arvejas cocidas
con agua y sal
1 pepino en escabeche
picado en cubitos 1
cucharilla sal 1
cucharilla pimienta
molida
1 lechuga o dos
1 cuchara perejil
picado
2 tomates en rodajas

Ingredientes

10 papas grandes
peladas y cocidas
con agua y sal 2
huevos enteros 2
tazas harina sal al
gusto 1 1/2 litros de
agua
1 cucharilla sal para
cocer las papas
2 quesillos

ENSALADA DE PAPAS AL VINAGRE

Preparación.- Lave la lechuga, separe las hojas más tiernas y pique muy finas las demás. Póngalas esparcidas en una fuente. En un recipiente mezcle todos los ingredientes indicados a la izquierda y échelos encima de la lechuga picada, Conserve los huevos duros y las rodajas de tomate con los que decorará la fuente, junto con las hojas de lechuga tiernas alrededor.

Esta ensalada es apropiada para acompañar carnes al homo, bifes, etc.

PAPAS DUQUESA - PERITAS O NTDITOS CON VERDURAS

O RELLENAS CON QUESO

Preparación.- Muela las papas cocidas, cuando estén frías. Añada los huevos y la harina, dejando un poco de ésta para untarse las manos. Amase solamente para que se junten los ingredientes. Untese las manos con harina, divida la masa en 3 porciones. Con una de ellas haga formas de peritas, insertándoles a la colita un tronquito de perejil. Fríalas en 1/4 taza de aceite caliente.

Con la otra porción haga pequeños panecitos y al centro, póngales 1/2 cucharilla de quesillo. Junte los extremos formando una bolita ovalada. En una lata de homo, untada con manteca, coloque las masitas y hágalas cocer a homo de 200 grados.

Con la tercera porción haga unas canastitas, formando unas tiras largas de la masa, córtelas en pedazos de 12 cms. más o menos. Enrósqelas empezando de la base hacia arriba. Componga con los dedos formando una canastita honda. Colóquelas al homo, durante 5 minutos.

Rellene con verduras, carne de aves, pescado, mariscos o crema de espárragos. Sirven para acompañar cualquier plato de carnes.

PAPAS AL HORNO CON QUESILLO

Ingredientes

- 1 tarro leche evaporada
- 2 tazas quesoillo cortado en tajadas
- 1 1/2 kilos papas no muy cocidas en agua y sal
- 3 cucharas mantequilla
- 1 cuchara perejil picado
- 3 cucharas aceite para freír la cebolla
- 1/2 cucharilla pimienta molida
- 1 taza cebolla, finamente picada
- 1 taza tomate pelado y picado
- 4 huevos

Preparación.- Pele y cocine a medias las papas con agua y sal. Cuando estén todavía algo duras escurra el agua y rállelas en rodajas finas. En una sartén dore la cebolla con el aceite. Auménteles el tomate y la pimienta. Deje cocer todo junto unos 10 minutos.

Esparza la mitad de las rodajas de papa en un pirex grande enmantequillado. Cúbralas con la mitad de la cebolla preparada y una capa de queso picado. Nuevamente ponga el saldo de papas y cebolla, concluya con las rallas de queso.

En un recipiente vacíe la leche evaporada. Mézclela ligeramente, con los huevos y 1/2 cucharilla de sal. Viértala sobre el preparado anterior. Mueva de un lado para otro, para que penetre el jugo.

Deje cocer 30 minutos, más o menos, en horno de 250 grados. Para servir corte en tajadas de 10 cms. y, con una espátula, distribuya en cada plato. Sirva espolvoreando con perejil picado.

Ingredientes

- 6 papas peladas y cocidas con agua y sal
- 6 huevos duros partidos por la mitad
- 6 aceitunas negras 2 quesoillos cortados en tajadas 1 1/2 tazas maní tostado molido o licuado 1/2 taza aceite 1 taza agua 1 1/2 cucharas ají amarillo molido 1 planta de lechuga 2 tomates rallados en gajos

PAPAS A LA HUANCAINA

Preparación.- Muela el maní tostado en un batán o en licuadora, añadiendo agua hasta que quede como crema.

En una sartén, fría el ají en el aceite; eche 1/2 taza de agua y haga cocer 5 minutos, removiendo constantemente. Añada el maní, mezcle muy bien y siga haciendo cocer unos 3 minutos más.

Lave las lechugas y ponga en cada plato 4 hojas enteras, las más bonitas. Coloque al centro una papa cocida, el huevo duro partido en 2 a lo largo y cubra con la salsa caliente de maní. Decore con una aceituna, 2 gajos de tomate y 2 tajadas de quesoillo a los lados.

Si desea, puede cambiar el maní molido con nueces o almendras molidas.

TORTILLA DE CEBOLLA VERDE Y ZANAHORIA AL HORNO

Ingredientes

3 tazas cebolla verde
picada menuda 1 taza
tomate picado menudo
3 tazas zanahoria
picada Jiña 1 taza
harina blanca 1 ½
taza afrecho áspero 1
quesillo 3 huevos 1 /4
taza leche 1 cucharilla
sal molida
1 cucharilla pimienta
molida
2 cucharillas royal 1
cuchara manteca
para enmantecar
latas de homo

Preparación.- Lave las cebollas y píquelas menudas. Raspe las zanahorias peladas. Cierna la harina con el royal. Mezcle todos los ingredientes. Formando una masa que no sea corrediza. Enmanteque y ponga por cucharas a 2 cms. de distancia.

Lleve a homo caliente (300 grados) por espacio de 15 a 18 minutos, hasta que quede dorada y suave.

Sirva de 3 a 4 por persona con 1 papa blanca y 3 rodajas de tomate.

Estas tortillas quedan muy buenas, y sirven para dieta de personas que tienen difícil digestión, por llevar afrecho y no estar fritas en ninguna grasa.

FIDEOS CORBATITAS CON SALCHICHAS DE CALENTAR

Ingredientes

2 tazas fideos
corbatitas
1 taza cebolla licuada
1 taza tomate licuado
1 taza quesillo picado
1 cuchara sal molida
1 cuchara perejil
picado
2 huevos enteros
batidos ligeramente
2 cucharas aceite para
retostar el fideo
2 cucharas aceite para
retostar cebolla y
tomate
2 1/2 litros agua para
cocer fideos

Preparación.- Retueste en una sartén los fideos con 2 cucharas de aceite. Luego haga cocer en una cacerola con el agua hirviendo y la sal, hasta que al tocarlos estén suaves. Aparte dore la cebolla y el tomate con el saldo de aceite. Mezcle esta salsa con el fideo, junto con el perejil picado. Encima cubra con el queso picado y los huevos enteros. Tape la olla para que cuajen y, después de 2 a 3 minutos, remueva.

Este es el p'uti de fideo o ensalada. En otra ollita ponga 1 1/2 tazas de agua y 1 pizca de sal. En ella caliente las salchichas. Sirva una taza de fideo y 2 salchichas por persona. Alcanza para 5 a 6 raciones.

En esta misma forma prepare con macarrones u otros fideos para acompañar asado apañado, pescado frito, o pollo al homo, etc.

Ingredientes

1/2 kilo carne blanda
de res, sin grasas ni
nervios
6 papas imillas 1 /2
taza arroz graneado
por persona 1 taza
cebolla Jinamente
picada 1 /2 taza
habas verdes 1 1/2
cucharas ají colorado
molido 3/4 taza aceite
1 1/2 tazas pan
molido
1 cucharilla sal 1
cucharilla comino 1
cuchara orégano
desmenuzado
1 /2 cucharilla
pimienta negra
molida
2 tazas agua

Ingredientes

2 kilos de laphin
dividido en 8
pedazos
1 cucharilla pimienta
negra molida
1 cuchara rasa sal
1 1/2 cucharillas
ablandador de
carne
2 cucharasjugo de
limón
1/2 taza hongos secos
1 taza vino tinto seco
1 taza cebolla licuada
con un poco de agua
2 litros agua para
cocer carne

FALSO CONEJO

Preparación.- Corte la carne en 6 pedazos. Condiméntelos con sal y pimienta. En un batán o tacú, estírelos golpeando sobre pan molido hasta que queden grandes y delgados. En la mitad del aceite, dore el ají, añada la cebolla y deje cocer, removiendo constantemente por 1/4 hora. Aumente agua de vez en cuando.

Vacíe la salsa en una cacerola, eche el saldo del agua, el tomate, el comino molido, el orégano, la sal y las habas. Haga cocer hasta que las habas estén suaves.

Con el saldo del aceite fría las carnes y, a medida que estén listas, póngalas en el ahogado y entrevérelas. Aumente el líquido necesario, porque deben quedar conjugo algo espeso.

Sirva una carne, cubierta de su jugo, 1 papa grande blanca cocida en agua con sal y 1/2 taza de arroz graneado al lado.

KEPERI

(PLATO TIPICO TARUEÑO)

Preparación.- Condimente la carne con sal y pimienta, añadiéndole el ablandador. Déjela en una fuente, en el refrigerador, por unas 3 horas.

Luego póngala en una cacerola con base ancha, cubierta con una parte del agua, la cebolla licuada y los hongos lavados y remojados en el vino desde noche antes. Hágala cocer hasta que quede blanda. Si falta líquido, añádalo poco a poco. Cuando está listo debe quedar suave y con juguito espeso.

Sirva la carne cubierta con su salsa y encima los hongos. Acompañe con papas fritas o papas duquesa (ver pag. 250), y, en una fuentecita aparte, arroz graneado.

LLAJWA O JALLPAWAYKA DE LOCOTO O AJI VERDE

Ingredientes

*3 locotos maduros sin
semilla o 6 ajíes verdes
2 tomates
1 rama de quillquiña o
wacataya 1 cucharilla
sal 1 cuchara cebolla
picada Jiña sin lavar*

Preparación.- Parta los locotos y vacíe las semillas. Lávelos. Divida los tomates en varios pedazos. Aumente las hojas de quillquiña o wacataya y sal.

Muela todo junto en batán; en el tacú o en la licuadora.

Ponga en platitos especiales para este fin. con una cucharilla con la cebolla picada.

LLAJWA O JALLPAWAYKA DE AJI AMARILLO (K'ASPA)

Ingredientes

*3 ajíes amarillos,
retostados en la
cocina puestos sobre
una parrilla. 2
tomates 1 cucharilla
sal 1 cuchara aceite 1
rama wacataya o
quillquiña*

Preparación.- Una vez tostados los ajíes, despepítelos, lávelos y pártalos en tamaños pequeños. Aumente los tomates, la quillquiña o wacataya y la sal.

Muela en piedra de moler o tacú, también puede trabajar en la licuadora añadiendo un poco de agua.

Cuando esté lista la llajwa, añada la cuchara de aceite. Sirva en un platito hondo con una cucharilla al lado.

PANETON NAVIDEÑO - Pag. 271 (Foto:H.sai™*)

DECIMOTERCERA SECCION

*** Panes, panetones, llawchas
y pastelitos variados**

PALMERITAS CON MASA DE LEVADURA O DE HOJA

Ingredientes

*1 receta base de masa
de levadura o de
hoja
1 huevo entero
1 /2 taza azúcar
granulada o 1/2
taza mermelada de
damasco*

Preparación.- Sobre una mesa ligeramente enharinada, extienda la masa con un uslero, hasta que quede de 1/2 cm. de espesor. Córtela en tiras de 1 1/2 ém. de ancho con una medita cortapastas o un cuchillo filo.

Luego empiece a envolver de un extremo de la tira hacia el centro y el otro lado en la misma forma, para que queden unidos los dos círculos al medio. Las palmeritas de levadura póngalas en latas ligeramente enmantecadas y déjelas en lugar abrigado hasta que aumenten al doble. Untelas con huevo batido y espolvoréelas con azúcar granulada. Ponga al horno caliente (250 grados) hasta que se doren.

Las de masa de hoja, póngalas en latas rociadas con agua, úntelas igual con huevo y azúcar o si prefiere con mermelada de damasco y póngalas al horno a 250 grados, hasta que se doren.

Ingredientes

*3 tazas harina cernida
1 /4 taza azúcar
granulada 1 /4 taza
agua tibia 3/4 taza
leche tibia 1 /2
cucharilla sal molida
1 cucharita levadura en
pasta 5 cucharas
mantequilla derretida
1 huevo*

PANECITOS DE REFRIGERADOR

Preparación.- En un recipiente remoje la levadura con el agua tibia y el azúcar, hasta que salgan ampollitas a la superficie. Aumente la leche tibia, la mantequilla, el huevo ligeramente batido y la mitad de la harina. Forme una masa suave, algo aguanosa. Mezcle muy bien y cúbrala con un mantelito. Déjela reposar por una hora, más o menos, en lugar abrigado, hasta que aumente al doble de su volumen. Cuando esté así, agregue el resto de la harina, mezclándola con una cuchara de palo, cúbrala con un secador y déjela en el refrigerador toda la noche.

Al día siguiente, la masa estará lista para poder manejarla con las manos. Poniendo un poco de harina a la mesa, extiéndala más o menos de 2 cms. de espesor, corte en círculos de 2 x 2 cm. y cubra los panecitos con mantequilla derretida. Póngalos sobre una lata de horno, previamente enmantecada, y deje levantar al doble de volumen.

PALMERITAS CON MASA DE LEVADURA O DE HOJA

Ingredientes

Horneé a 300 grados, de 8 a 10 minutos.

Se pueden servir calientes o en sandwiches. Para sandwiches se los parte por la mitad en forma horizontal. Se los puede rellenar con crema de palta, huevo duro desmenuzado, atún, jamón, etc.

Ingredientes

2 onzas levadura en
pasta o 1 cucharilla
granulada
1 cucharilla sal
1 taza agua tibia
2 1/2 tazas harina
1 huevo
1/2 cuchara azúcar
2 cucharas manteca

Ingredientes relleno
1 taza cebolla picada
en rodajas finas
1 1/2 tazas tomate
picado
1/2 taza aceite
1 taza queso
muzzarella en
tajadas (1 1/2
tazas)
1 1/2 cucharas
orégano
1 lata anchoas
1/4 kilo jamón o
mortadela
10 aceitunas negras
2 huevos duros
2 cucharas salsa de
tomate

Ingredientes

350 grs. harina 150
grs. mantequilla con
sal
3 yemas
4 cucharas azúcar
molida
1 cucharilla vainilla
1/2 cucharilla sal
molida 1 cucharilla
bicarbonato cernido
junto con la harina 3
cucharas agua fría.

PIZZA

(RECETA BASE)

Preparación.- En un recipiente disuelva la levadura con el agua tibia y el azúcar granulada. Añada la sal, la manteca y el huevo y, luego, la harina blanca cernida. Forme una masa suave. Frótelas mucho y déjela reposar hasta que aumente el doble. Divídala en 3 partes y forre los moldes enmantecados de pizza. Deje reposar y pinche con tenedor la base.

Meta a horno caliente para que se doren ligeramente, luego cubra con el siguiente:

RELLENO

Preparación.- Dore la cebolla en el aceite. Añada salsa de tomate, el orégano y los tomates picados en rodajas finas. Deje apenas que se asen. Con esto cubra las prepizzas, luego ponga el jamón picado en cuadrados, encima las tajadas de queso.

Cubra completamente la superficie y decore con anchoas, las aceitunas sin pepas y los huevos en rodajas si desea. Ponga a horno caliente hasta que se derrita el queso.

PASTA FROLA DULCE

Preparación.- Cierne la harina blanca con el bicarbonato, agregue la mantequilla y frótelas con las manos hasta formar migas.

En un recipiente mezcle las yemas con el azúcar, la vainilla, la sal y el agua fría. Añada la harina y amase hasta formar una masa algo seca.

Esta masa sirve para tortas, pastelitos rellenos, etc.

MEDIALUNAS RELLENAS (MASA CON LEVADURA)

Ingredientes

Ingredientes

3200 gramos harina
blanca (3 kilos 200
gramos)
400 gramos manteca
2 cucharas levadura
granulada o en
pasta
1 1/2 cucharas sal
200 gramos azúcar
granulada
8 tazas agua tibia (2
litros)
3 quesillos y 2 huevos
enteros

PRE-PIZZAS Y LLAWCHAS

Preparación.- Remoje la levadura con el azúcar y el agua tibia por 1/4 de hora. Agregue la sal y la manteca. Mezcle todo muy bien. Luego agregue la harina cernida y mezcle hasta formar una masa suave. Parta en pedazos para frotarlos hasta que revienten como chiclet; cúbralos con un mantel y manténgalos en un lugar abrigado, hasta que aumenten al doble. Luego divida la masa en 5 partes y cada una en 25. Forme bolitas, estírelas y aplánelas ligeramente.

Póngalas en latas de homo enmantecadas. En un recipiente estruje el quesillo y mézclelo con los huevos. Encima de cada panecito, adome con 1/2 cucharilla de quesillo preparado.

Nuevamente deje las latas en lugar abrigado hasta que aumenten el doble de su volumen. Lleve a homo caliente, a 250 grados, hasta que queden dorados.

Nota.- Con esta misma masa puede hacer pre-pizzas. Para cada una necesita 500 gramos de masa.

Una vez preparada como indiqué y luego de haber aumentado al doble, divídala en pedazos de 500 gramos, estírela con un uslero y cubra moldes redondos de pre- pizza, ligeramente enmantecados.

Deje que aumenten otra vez al doble y recién lleve a homo caliente por espacio de 15 minutos más o menos, hasta que estén ligeramente dorados.

Hágalas enfriar y métalas en bolsas de nylon nuevas. Guárdelas en el refrigerador, para usar el momento que desee.

Esta masa también es apropiada para hacer las llawchas paceñas.

MASA PARA 125 PANES ESPECIALES

*1 kilo harina blanca
2 onzas levadura en
pasta o 1 cucharilla
granulada
200 gramos azúcar
150 gramos manteca
3 huevos
1 cuchara ralladura de
limón
1 cucharilla sal molida
1 cucharilla vainilla
2 1/2 tazas leche tibia
1 1/2 tazas
mermelada de
membrillo o puré de
manzana*

Preparación.- Deje remojar la levadura en la leche tibia con el azúcar. Ponga la sal, los huevos, la vainilla y la manteca. Mezcle muy bien y añada la harina cernida, formando una masa blanda. En caso que la masa quede muy seca, añada poco a poco unas cucharadas más de leche, hasta que quede en su punto. Frótela hasta que salgan ampollitas y suene como chiclet al frotar. Póngala en un recipiente hasta que aumente a más del doble. Haga bolitas como huevos y estírelas con un uslero en una tabla enharinada. A cada masita póngale 1 cucharilla de mermelada y empiece a envolverlas desde un extremo, hasta terminar. Cuando estén listas deles la forma de medialunas. Póngalas en latas ligeramente enmantecadas y en lugar abrigado, hasta que doblen de volumen otra vez. Untelas con huevo y llévelas a horno caliente.

PAN (RECETA BASE)

Ingredientes

*800 gramos harina
blanca
30 gramos levadura en
pasta (1 cuchara)
70 gramos manteca de
cerdo
1 cuchara rasa sal
molida
2 1/2 tazas agua tibia
1 huevo para pintar
masa
2 cucharas azúcar
granulada*

Preparación.- En un recipiente deslíe la levadura y el azúcar con el agua tibia. Añada la sal y la manteca y, al final, la harina cernida. Forme una masa suave. En una mesa, ligeramente enharinada, frótela hasta que revienten ampollitas como chiclet. Esto ayuda a fermentar la masa. Llévela a lugar abrigado, cubierta con un mantel de cocina, hasta que aumente el doble.

Luego divida la masa en partes, del tamaño de huevos. Forme diferentes tipos de panes. Para hacer cachos estire con un uslero una masita del tamaño de un plato panero, pase sobre ésta con mantequilla derretida y un poco de azúcar granulada. Empiece a enroscar de un extremo hasta terminar. Déle forma de cacho. Cuando haya terminado de hacer los cachos, póngalos en una lata de horno ligeramente enmantecada. Lleve a lugar abrigado, hasta que aumenten al doble de su volumen. Páseles por encima con huevo batido y hornee a 250 grados, hasta que queden dorados.

Nota.- En caso que quiera hacer chamillos reemplace 1 1/2 tazas de harina blanca por 1 taza de harina integral y 1/2 de afrecho.

PANES DE ROYAL

(MASA BASE)

Ingredientes

2 tazas harina blanca
4 cucharillas royál 1
/2 cucharilla sal
molida 4 cucharas
mantequilla con sal
3¼ taza leche o agua
1 cucharazúcar
granulada

Preparación.- Cierna la harina con el royál y la sal. Añada la mantequilla y, con la palma de las manos, frótela para que se formen migas. Agregue la leche o el agua y forme una masa suave.

Con un uslero sobre una mesa enharinada estire la masa a 3/4 cm. de espesor. Corte en círculos con un cortapasta. Colóquelos sobre latas enmantecadas a 2 cms. de distancia. Cueza en homo muy caliente por unos 12 minutos.

Otra manera de hacer estos panecitos es añadiendo sobre cada uno, 1 pedazo de plátano guineo de 1 1/2 cm. de tamaño, bañado en jugo de limón y revolcado en azúcar granulada, puesta en un platillo.

PAN NEGRO CON ROYAL

Ingredientes

1 taza harina blanca
1 taza afrecho
2 tazas harina de trigo
integral
4 cucharillas royál
1/2 cucharilla sal
molida
2 cucharas azúcar
granulada
1/4 paquete
mantequilla con sal
(50 gramos)
1 1/2 tazas leche
2 huevos para la masa

Preparación.- En un recipiente mezcle la leche, el azúcar, la sal, la mantequilla a temperatura ambiente y los huevos ligeramente batidos. Aumente la harina cernida con el royál y entremezclada con el afrecho.

Una todos los ingredientes con cuchara de palo y vacíe en un molde de aro previamente enmantecado. Ponga a homo moderado por 35 a 40 minutos. Para comprobar si está cocido, introduzca una paja o alambrito al centro del pan. Si sale limpios, está listo. Vacíe en un plato plano, hasta que enfríe, luego, cúbralo con una bolsa de plástico y corte en tajadas para servir solamente lo que va a consumir, el resto guarde en el refrigerador. Puede durar unos 8 días, por lo menos.

Ingredientes masa

CESTITAS DE ALBARICOQUE (DAMASCO) - PASTELITOS

Con esta misma masa puede hacer panes pequeños. Haga bolitas del tamaño de 1 huevo y aplánelas con la palma de las manos. Coloque en latas de homo, ligeramente enmantecadas. Hágalas cocer a homo regular: 250 grados.

ROSCA DE REYES O PANETON

Ingredientes

150 gramos azúcar
150 gramos
 mantequilla con sal
 (2/3 paquete)
3 huevos enteros
1 1/2 taza almendras
 picadas o nueces
1 1/2 taza pasas
1/2 taza frutas
 abrillantadas
 picadas
4 tazas harina blanca
1 taza agua tibia
2 cucharas coñac
1 1/2 cucharilla sal
80 gramos levadura de
 cerveza en pasta o 1
 cucharilla granulada

Preparación.- Remoje la levadura en el agua tibia, juntamente con el azúcar. Añada la mantequilla ablandada al sol, los huevos ligeramente batidos, el coñac y la sal. Cierna la harina y mézclela con los primeros ingredientes. Forme una masa suave. Frótela mucho y déjela en lugar abrigado para que aumente el doble. Luego, pártala en 3 partes. Estire con un uslero en mesa enharinada, cada pedazo por separado. En un recipiente mezcle las frutas, las almendras y las pasas, 1/3 parte de este relleno ponga a cada pedazo de la masa estirada. Envuelva cada masa como un rollo, empezando de un extremo hasta terminar en el otro. Luego, trencé las 3 tiras de masa enrollada formando una rosca y páse con clara batida los extremos.

Póngalas en una lata enmantecada cubiertas con un mantelito en lugar abrigado hasta que aumente más del doble y quede algo liviana. Untela con huevo, ligeramente batido, y póngala al horno templado por espacio de 25 a 30 minutos, hasta que quede dorada.

BRAZO GITANO TRONCO DE ARBOL

Preparación.- Bata las claras con la sal hasta formar picos, añada el azúcar siempre batiendo, luego las yemas y al final, la harina cernida junto con la maizena y el royal. Mezcle bien.

Vacíe el batido sobre la lata previamente enmantecada. Cocine en horno moderado, por espacio de 10 minutos. Tenga cuidado que la lata entre recta al horno, para que la masa no se vaya a un lado más que al otro. Cuando esté lista, vuélquela sobre un secador húmedo, úntela con la leche condensada y empiece a enrollar de un extremo terminando en el otro. Luego báñela con la crema moka de chocolate, esparciéndola con una espátula por todo el contorno del pastel. Después de esto, haga unas rayas a lo largo del pastel con un tenedor y forme unos círculos para que parezcan nudos de tronco.

Lleve a la mesa en un bonito plato plano. Cuando lo desee solamente, espolvoree con azúcar molida y corte en rodajas de 2 cms. de espesor.

Ingredientes

4 huevos 1 taza
harina 1 1/4 taza
maizena 1/2 taza
azúcar granulada
1 cucharilla royal
1/2 cucharilla sal
molida
1 tarro de leche
 condensada hervida
 a baño "Maña" o
 mermelada de
 frutilla

Ingredientes masa

2 tazas harina
2 cucharillas royal
100 gramos
manteca o crisco
100 gramos azúcar en
polvo
2 huevos batidos
Juntos
1/2 taza de leche
1 cucharilla esencia de
vainilla
1 pizca de sal (1/2
cucharilla)
1 lata de albaricoques
partidos por la mitad
1 / 2 paquete gelatina
de durazno

Ingredientes

100 gramos
manteca o crisco
derretida 2 tazas
harina 2 cucharillas
royal 1 / 2 cucharilla
sal 1 1 / 2 tazas
plátano guineo hecho
puré 1 / 2 taza pasas
sin semillas
2 / 3 taza coco rallado 1
huevo 1 / 4 taza leche 1
/ 2 taza azúcar
granulada 1 cucharilla
vainilla (esencia)
1 cucharilla canela
preparada

CESTITAS DE ALBARICOQUE (DAMASCO) - PASTELITOS

Preparación.- Bata la manteca con el azúcar y la sal, hasta que esté cremosa, Agregue los huevos, batiendo siempre. Añada la leche y la vainilla. Cierna la harina con el royal y mézclela con todos los ingredientes. Distribuya la masa en 18 moldecitos bien engrasados y póngalos en una lata. Deben cocer en horno moderado por espacio de 15 minutos. Desmolde y deje enfriar en una bandeja.

Escurra los albaricoques y reserve el jugo. Caliente 1/2 taza de agua con el jugo, y en él disuelva la gelatina. En parte del preparado, puesto en un recipiente, sumeija rápidamente cada pastelito. Encima de cada uno ponga 1/2 tajada de albaricoque y cúbralos otra vez, con jalea. Ponga los pastelitos al refrigerador, en una fuente plana para que cuaje la gelatina. Para decorar necesita 1/4 litro de crema de leche, 18 tiras de fruta confitada color verde para ponerlas como agarrador de cada cestita, pasando por encima de los albaricoques. Finalmente bata la crema hasta que quede espumosa y espesa. Añada el azúcar en polvo y, con la ayuda de una manga, decore, haciendo florecitas alrededor de cada pastelito.

MOLLETES, QUEQUE O GALLETAS DE PLATANO I

Preparación.- Mezcle el plátano con el azúcar, la sal, la manteca, el huevo batido, la leche, la vainilla y la canela preparada. Aparte, pase por tamiz la harina con el royal y aumente a la primera preparación. Mezcle.

Puede hacerlo en forma de queque. Para esto se enmanteca un molde alargado de pan francés y se pone masa hasta la mitad del mismo. Horneé a temperatura mediana por espacio de 20 a 25 minutos.

Para molletes, enmantequille moldes pequeños y con una cuchara ponga masa hasta la mitad de éstos. Lleve a horno moderado, por espacio de 15 a 18 minutos.

Para galletas, enmantequille una lata para horno y coloque montoncitos de 1 cucharilla de masa a 2 centímetros de distancia, uno del otro.

PASTELITOS CARNAVALESCOS

Ingredientes

*1 taza harina blanca 1
taza maizena 1 1/2
cucharilla royal 1 taza
azúcar granulada 1
cucharilla esencia
vainilla 50 gramos
mantequilla derretida
5 huevos 1 pizca de
sal*

Preparación.- Bata los huevos y el azúcar en un recipiente puesto sobre agua caliente. Añada la vainilla, la sal y la mantequilla. Siga batiendo hasta que la mezcla adquiera cierta consistencia. Cierna las harinas con el royal y mezcle todo, apartando el recipiente del agua caliente. Llene hasta la mitad, con una cuchara, los moldes pequeños enmantecados. Ponga los moldes en una lata al homo, por unos 10 a 12 minutos.

Cubra y adorne los pastelitos con un glacé, hecho con 400 gramos de azúcar molida cernida, 3 cucharas de agua, colorantes verde, rojo, amarillo y 1 cucharilla de vainilla o menta. Para el glacé divida el azúcar en 3 partes iguales y, a cada porción, échele 1 cuchara de agua y unas gotas de vainilla. Bata con un tenedor en platitos separados y, a cada uno, póngale las gotas de colorante que precisa: verde, rosa y amarillo.

El glacé no debe estar muy corridizo para que no chorree a los lados y quede firme al centro. Con una cucharilla ponga una pequeña porción de crema verde, deje que se esparza y decore con pastillitas de menta (grageas). Al rosa con una guinda y al amarillo con un pedazo de fruta abrillantada de limón o naranja.

Para llevar a la mesa coloque en pirotones. Esta misma masa para variar, en vez de cocinarla en moldes individuales, póngala al homo en una lata enmantecada de 30 por 25 cms. que no sea muy alta.

Una vez listo el bizcochuelo, hágalo enfriar en una fuente plana y luego corte con un cuchillo filo en triángulos o cuadrados.

Para que los pasteles no se desmenuen, caliente a baño "María" unas 3 cucharas de mermelada, mezclada con 3 cucharas de agua caliente. Cuele y con una brocha de cocina unte con esta preparación

Ingredientes

los pastelitos por toda la superficie y los lados. Luego cúbralos con el glacé, variando de color. Decore a gusto.

MOLLETES Y QUEQUE DE PLATANO U PASTELITOS DE ALBARICOQUE O GUINDAS

Ingredientes

2 1 /2 tazas
plátano "guineo"
pelado y cortado
en rodajas
3 1/2 tazas harina
blanca
3 1/2 cucharillas
royal
1 cucharilla sal molida
1 taza azúcar
granulada
1 taza leche
3 cucharas rasas
manteca
4 huevos enteros
2 cucharas chocolate
raspado

Preparación.- Bata la manteca con el azúcar. Agregue los huevos, uno por uno, luego la sal, batiendo siempre la mezcla.

Una vez pelados y picados los plátanos, revuélvalos en la harina cernida con el royal, luego, agréguelos a la primera preparación, mezclando en forma envolvente y alternando con leche.

Enmantegue 24 moldecitos pequeños para molletes. Ponga una cucharada rasa de masa. Encima de cada uno espolvoree con el chocolate raspado.

Haga cocer en homo caliente, a 250 grados. Sirven para el té o para el desayuno, calientes o fríos.

PASTELITO S DE MEMBRILLO O DURAZNO

Ingredientes

150 gramos azúcar
molida
500 gramos harina
blanca
4 yemas, 1 huevo para
pintar
1 cuchara ralladura de
corteza de limón
1 1/4 taza leche
2 cucharillas royal
1 cucharilla sal
200 gramos
mantequilla o
margarina
1/2 kilo dulce de
durazno o carne de
membrillo

Preparación.- Bata la mantequilla con la sal y el azúcar hasta que quede cremosa. Añada las yemas, una por una, siempre batiendo. Aparte, cierna la harina con el royal y ponga la cáscara rallada de limón. Mezcle muy bien todos los ingredientes y forme una masa suave. Deje reposar unos 20 minutos y luego, en una mesa enharinada estire a 1/2 cm. de espesor.

Con un cuchillo o rueda de cortar masa, corte en cuadrados y, al centro de cada masa, ponga 1 cucharilla de dulce. Doble las 4 puntas hasta que se junten al centro.

Haga cocer en latas enmantecadas en homo caliente (250 grados) por 15 minutos más o menos.

Pinte los pastelitos con huevo batido. Puede utilizarlos para acompañar el té.

Ingredientes

- 1 *receta de masa de hoja*
- 1 *tarro mermelada de albaricoque o guindas*
- 1 *huevo batido*

Preparación.- Estire la masa en forma de cuadrado sobre una mesa enharinada. Cubra toda la superficie con una de las mermeladas. Con una medita especial, córtela en cuadrados de 5 por 5 cms. y una las puntas al centro, en forma diagonal. Adome con una guinda, como para que sujete la masa. Pásele con huevo batido.

Caliente el homo a 250 grados y luego de poner las masitas en una lata, cocínelas hasta que se doren ligeramente. Apague el homo y déjelas unos minutos más hasta que queden completamente cocidas y no se bajen. Puede servir las calientes o frías.

Ingredientes**relleno**

- 1 *taza dátiles picados*
- 1 *taza ciruelas remojadas y picadas*
 - 1/2 *taza agua hirviendo*
- 1 *cuchara jugo de limón*
- 2 *cucharas chancaca raspada o azúcar morena*

PASTELITOS DE DATILES Y CIRUELAS

Preparación relleno.- Cocine los dátiles y las ciruelas con el agua y la chancaca, hasta que estén suaves. Enfrie y añada jugo de limón.

Ingredientes masa

- 1 *1/4 cucharilla sal*
- 1 *taza harina*
- 1 *1/2 taza mantequilla (100 gramos)*
- 1 *taza avena*
- 1 *1/2 cucharilla bicarbonato*
- 1/2 *taza chancaca raspada o azúcar morena*
- 2 *yemas de huevo*
- 1 *cuchara coñac*
- 2 *cucharas aguajría*
- 1 *cucharilla vainilla*

Preparación masa.- Bata la mantequilla, el azúcar o la chancaca, añada las yemas, la sal y la vainilla, hasta que esté cremosa. Agregue el agua y el licor. Muela la avena y mézclela con la harina cernida y el bicarbonato. Amase con la crema de mantequilla hasta formar una masa arenosa.

En un molde de 20 cms., enmantequillado, presione 2/3 partes de la masa en la base y en los contornos del molde. Vacíe sobre ésta la pasta de dátiles y ciruelas, distribuyendo parejamente. Con el resto de la masa cubra el relleno.

Ponga al homo, por 25 a 30 minutos, a 250 grados de temperatura.

PASTELITOS DE CHOCOLATE, CAFE Y NUECES

Ingredientes

*1 taza harina blanca
1 taza maizena 1
taza azúcar
granulada 1 pizca sal
7 huevos
1 cucharilla royal*

Opcional.- Si desea prepararlo con chocolate, se necesitan 3 cucharas de cocoa amarga. Si es con café, aumente 3 cucharas de extracto de café. Si de nueces, ponga 1 taza de nueces peladas y picadas. No se debe poner estos 3 ingredientes a la vez.

Preparación masa base.- Bata las claras a punto nieve, juntamente con la sal, agregue las 3 cucharas de cocoa (o bien el café ó las nueces), el azúcar y luego las yemas. Siga batiendo al poner los demás ingredientes. Cierna la harina, la maizena y el royal. Mézcle con la anterior preparación.

Puede preparar esta masa sin ninguno de los ingredientes opcionales que doy.

Haga cocer en moldes pequeños, enmantecados. Ponga la masa, hasta la mitad del moldecito, en horno a temperatura mediana por 7 a 8 minutos. Una vez cocidos, deje enfriar. Desmolde para su decoración.

Ingredientes

*400 gramos de azúcar
molida cernida 3
cucharas soperas,
agua hervida fría 3 a 4
gotas colorante verde
5 gotas esencia de
menta*

DECORACION DE LOS PASTELITOS DE CHOCOLATE

Preparación.- Mezcle los 4 ingredientes hasta que quede una crema compacta y se adhiera a los pastelitos. En caso de que estuviera muy líquida, póngale 1 a 2 cucharas más de azúcar, batiendo mucho. Cubra la parte superior de cada pastelito con la crema, ayudada de un cuchillo o espátula y adome al centro con una pastilla de chocolate o grageas de chocolate.

DECORACION DE LOS PASTELITOS DE CAFE

Decore con crema moka. Bata 100 gramos mantquilla con 1 1/2 taza de azúcar molida cernida, hasta que quede cremosa, aumente, poco a poco, 1 1/2 cuchara de extracto de café y 1 yema de huevo.

Decore con boquilla rizada. Haga florcitas o

Ingredientes

PASTELES Y BORRACHITOS

arabescos y encima de éstos coloque confitos de diferentes colores, para que queden vistosos.

Ingredientes

1/2 taza miel de caña
100 grs. mantequilla 2
huevos 1 ¡2 cucharilla
jengibre
1 cuchar
bicarbonato
2 cucharillas extracto
de café
60 grs. azúcar molida
60 grs nueces picadas
2 tazas harina blanca
1 cucharilla canela
1 1/2 tazas ciruelas
secas, remojadas en 1
taza de agua hervida,
dos horas antes.

Ingredientes

2 tazas harina 2
cucharillas polvo de
hornear
100 grs. mantequilla o
crisco
2 taza miel de caña 2
huevos enteros batidos
1 /2 cucharilla sal

Ingredientes decoración

1 tarro mermelada de
frambuesa o guinda 1
taza coco rallado 12
guindas al
marrasquino 48
pedazos de fruta,
confitadas en forma de
hojitas

DECORACION DE LOS PASTELITOS DE NUECES

- Decore con 1/8 litro de crema de leche, batida con 2 1/2 cucharas de azúcar molida cernida. Con el mismo decorador haga diferentes adornos y esparza encima nueces picadas o, al centro, ponga una mitad de nuez.

QUEQUECITOS DE MIEL Y NUECES

Preparación.- Mezcle la miel espesa con el azúcar, la mantequilla, el jengibre, la canela molida y el café. Agregue el agua donde remojaron las ciruelas. Remueva la mezcla. Añada el bicarbonato cernido y los huevos batidos.

Cierna la harina con el royal y mezcle en ellas las nueces y las ciruelas o los higos picados. Junte todos los ingredientes y ponga la masa en moldecitos enmantecados, sobre una lata de hornear, por 15 a 18 minutos en horno caliente.

Cuando estén dorados, sáquelos y colóquelos en un plato plano para servir espolvoreándolos con azúcar molida. Use un cernidor de alambre para que cubra todos los quequecitos.

PASTELITOS CON COCO Y FRAMBUESA O GUINDA

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal, hasta que quede esponjosa. Añada los huevos, cierna la harina con el royal y mezcle todo a fondo. Enmantequille 24 moldes para molletes y llénelos hasta la mitad. Cuezalos bizcochos en horno caliente por 10 a 12 minutos, hasta que estén dorados. Vacíelos los pasteles de los moldes y déjelos enfriar en una bandeja plana.

DECORACION

Preparación.- Caliente el tarro de mermelada a baño "María" y deshaga con un tenedor la fruta entera que hubiere. Pinche los bizcochos con un tenedor en varios lugares, procurando no destrozarlos y úntelos con la mermelada por los lados y por encima. Ponga coco rallado en una fuente ó plato plano y revuelva los pasteles en él.

Ingredientes

En la **PASTELERÍA BORRACHITOS** En el pastelito pegue 1/2 guinda al marrasquino y a los lados, como hojitas, la fruta confitada verde. Quedan muy bonitos puestos en pirotines.

500 gramos harina
(1/2 kilo)
Ingredientes adicionales
de harina
1 ;2 cucharilla sal
1 cucharilla vainilla
3/4 taza azúcar
granulada
2 cucharas coñac 100
gramos
mantequilla con sal
(1/2 paquete)
1/2 taza leche tibia 2
huevos enteros 30
gramos levadura en
pasta o 1 cucharilla
granulada

(RECETA BASE CON LEVADURA)

Preparación.- Disuelva la levadura en la leche tibia, añada los huevos, el coñac, el azúcar y al final, la sal, la mantequilla derretida y la vainilla.

Cierna la harina y amase con la primera preparación. Forme una masa y luego déjela en un lugar abrigado, hasta que aumente al doble (una hora más o menos). Cuando esté lista, haga unas bolitas pequeñas con la masa y póngalas en moldes de molletes, habiéndolos previamente, enmantecado. Al centro de cada una, hágale un hoyito con el dedo y póngale 1/2 cucharilla de mermelada de membrillo. Nuevamente déjela en lugar abrigado, para que su volumen aumente al doble.

Antes de hornear, úntelas con huevo batido y espolvoréelas con azúcar granulada. Ponga al horno a 250 grados, hasta que queden doradas.

BORRACHITOS Y OTROS BOLLITOS

Ingredientes

250 gramos harina
blanca
100 gramos
mantequilla con sal
(1/2 paquete)
4 huevos
1 cucharada azúcar
granulada
1 /4 cucharilla sal
1 cuchara levadura en
pasta
1/2 taza agua tibia
1 taza azúcar
granulada para
almíbar
2 tazas de agua para
almíbar
1 raja canela
3 cucharas coñac o ron
para almíbar

Preparación.- Remoje la levadura en el agua y el azúcar. Agregue la sal y los huevos ligeramente batidos. Luego, la harina cernida, mezclada con la mantequilla en forma de migas. Amase y forme una masa suave. Déjela reposar en un lugar abrigado, cubierta con un paño de cocina hasta que el volumen aumente al doble.

Pártala en bolitas del tamaño de una nuez o más chicas. Enmantegue, ligeramente, pequeños moldecitos de tarteletas. Ponga en ellos las masas hasta la mitad y al centro de cada una, una bolita más pequeña. Deje nuevamente en lugar abrigado hasta que doblen de volumen, píntelas con huevo batido con un pincel de cocina, y lleve a horno caliente por 15 min., hasta que queden doradas. Deje que enfrien en el molde. Ponga en una cacerolita el agua con el azúcar y la canela; deje hervir 15 mins., aparte del fuego y añada el coñac.

Sumeija cada masita en el almíbar caliente, y colóquela en pirotones. Estas masitas toman el nombre de borrachitos. Se sirven también en el té, calientes y sin mojar en el almíbar.

Ingredientes

2 tazas harina blanca
cernida con royal
1 /2 cucharilla sal
1 taza leche
3 cucharas mantequilla
3 cucharillas royal
2 cucharas azúcar
granulada
1 huevo
1 1/2 tazas queso
fresco desmenuzado
(quesillo)

PASTEL DE QUEQUE SALADO PARA TE

Preparación.- Bata la mantequilla, el azúcar, la sal y el huevo. Añada la leche y, al final, la harina cernida con el royal. Mezcle con el queso.

Enmantequille un molde de aro y vierta la masa. Ponga al horno caliente a 250 grados, por espacio de 1/2 hora más o menos.

Este mismo queque se puede hacer cocer en una lata rectangular más baja, untándola con manteca o mantequilla, antes de vaciar la masa. En este caso debe cocer en 20 a 25 minutos.

Con un cuchillo filo parta el queque en cuadrados de 2 1/2 por 2 1/2 cms. Ponga en una fuente, sirviendo caliente.

ROSCA CON PASAS Y NUECES

Ingredientes

1 receta base masa de
levadura
1 /2 taza pasas sin
pepa
1 1/2 taza nueces
picadas
4 cucharas azúcar
molida
1 huevo entero

Preparación.- Con un uslero estire la masa en una mesa enharinada, en forma de rectángulo, hasta que quede de 1 cm. de espesor.

Mezcle las pasas, las nueces, la fruta abrillantada y el azúcar molida. Esparza la mezcla sobre todo el rectángulo y envuelva empezando de un extremo hasta terminar, formando como un rollo. Una ambas puntas presionando con los dedos y forme una rosca.

Coloque en una lata enmantecada de horno o en un molde de aro grande. Lleve a lugar abrigado hasta que aumente al doble del volumen. Pinte, encima, con huevo batido y luego con azúcar granulada. Ponga a horno templado hasta que se dore por todas partes.

Mejor si la sirve al día siguiente.

Ingredientes

PANETONES NAVIDEÑOS RELLENOS

Ingredientes masa

3500 gramos harina
blanca (3 1/2 kilos)
300 gramos levadura
en pasta 4 tazas
azúcar granulada 2
cucharillas sal molida
2 tazas agua tibia 4
tazas leche
3 cucharillas canela
preparada
3 cucharillas vainilla 8
huevos enteros y 1
para pintar 11/4
paquetes mantequilla
con sal
4 cucharas coñac
1 1/2 libras manteca

Ingredientes relleno

300 gramos de pasas
(blancas y negras)
300 gramos nueces
peladas y partidas
300 gramos fruta
abrillantada 1 taza
azúcar molida

Preparación.- Con el agua tibia y 1 taza de azúcar, disuelva la levadura; déjela hasta que salgan ampollitas en la superficie. Con esta levadura y 4 tazas de harina forme una masa suave. Déjela reposar en lugar abrigado, cubierta con un paño de cocina, hasta que aumente el doble.

Aparte entibie la leche, la mantequilla, la manteca, la sal, la canela preparada y el azúcar restante. En un recipiente grande coloque el saldo de la harina; al centro, la masa con levadura y añada la leche tibia con todos los ingredientes. Primero mezcle la masa con la levadura, la leche y demás ingredientes, agregue toda la harina, la vainilla, el coñac y los huevos batidos (claras y yemas juntos). Amase todo y forme una masa suave. Divida la masa y frótela sobre la mesa enharinada. Deje nuevamente, por una hora, en lugar abrigado. Parta la masa en 10 pedazos. Puede hacer roscas, trenzas o panes grandes en moldes de aro.

Para las trenzas o roscas, divida cada masa en 3 partes iguales. Forme una tira larga con cada masita y con un uslero estírela como para hacer un rollo. Una vez estiradas las 3 partes iguales, ponga 2 cucharas de relleno a cada masa, espárzala por toda la superficie, enrolle cada una y cuando estén listas, trence de 3 en 3 las tiras rellenas. Ponga en latas enmantecadas, a 5 cms. de distancia una de otra, en lugar abrigado para que aumenten más del doble.

Para poner la masa en molde de aro, primeramente enmantegue el molde y luego proceda de igual manera que con las trenzas, solamente que en vez de trenzar, enrosque como cordel y ponga alrededor del molde, juntando los extremos. Deje hinchar la masa al doble, hasta que quede liviana, poniendo siempre en lugar abrigado y cubierta con un mantel. Algunas veces demora de 5 a 6 horas para aumentar el doble. Ponga a cocer a homo mediano, 180 grados, pintada con huevo batido.

Ingredientes

Eche **PAÑ O QUEQUE DE PLATANO** a los panetones.
Lleve a homo por 35 a 40 minutos.

Nota.- Mezcle todos los ingredientes del relleno
juntos, para poner a las trenzas.

300 gramos harina
blanca
1 taza azúcar
granulada
1 cucharilla rasa
bicarbonato
1/2 cucharilla sal
molida
100 gramos
mantequilla con sal
(1 / 2 paquete)
2 huevos batidos
Juntos
1/2 taza nueces
picadas
1/2 taza pasas sin
pepas
3 tazas plátano guineo
maduro estrujado
2 cucharillas royal

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal, hasta que quede cremosa. Agregue los huevos batidos, el plátano aplastado y el bicarbonato. Cierna la harina con el royal y mezcle con las pasas y nueces. Luego, aumente a la primera preparación, mezclando muy bien.

Vacíe en un molde de aro enmantecado y ponga a horno templado por 30 a 35 minutos. Cuando esté dorado encima, pinche con una paja para ver si está cocido; si sale limpia está listo.

Cuando esté frío, vacíe en un plato plano. Para servir deje reposar 24 horas, espolvoreando con azúcar molida.

Ingredientes

PAN O QUEQUE DE PLATANO m

ARROZ PREPARADO

DECIMOCUARTA SECCION

*** Comida China**

Ingredientes

2 tazas arroz blanco,
cocinado como
indiqué
anteriormente (arroz
graneado en olla de
presión)
1 cucharilla sazónador
2 huevos
2 cucharas salsa soya
1 /2 taza arvejas
cocidas en agua con
sal al gusto
1 ¡2 taza zanahoria
finamente picada,
cocida en agua con
sal
1 /4 kilo jamón picado
en cuadrados
1 ¡2 cucharilla sal
molida
1/2 taza cebolla verde,
picada fina (china)
1 ¡2 cucharilla
pimienta negra
molida
1 cuchara aceite
1 pimienta morrón,
picado fino

Ingredientes

2 tazas arroz
estaquilla entero 8
tazas agua
hirviendo 1 cuchara
jugo de limón

ARROZ CHAUFÁ

Preparación.- En una sartén ponga aceite y cuando esté caliente eche los huevos ligeramente batidos. Cuando empiecen a secarse, remueva para que no se queme y añada las arvejas, las zanahorias, el jamón picado, la cebolla y el pimienta morrón. Deje que cueza unos minutos.

Al final condimente con la salsa soya, la pimienta molida, la sal y el sazónador. Mezcle muy bien con el arroz y ponga al fuego en una fuente de pirex, para que se mantenga caliente.

Lleve a la mesa con una fuente de chicharrón de pollo u otros platos chinos.

ARROZ BLANCO CHINO

Preparación.- Lave el arroz en 3 aguas, hasta que salga todo el almidón.

En una cacerola ponga a hervir las 8 tazas de agua con el jugo de limón. Eche de golpe el arroz y deje cocer, al comienzo a fuego fuerte y luego a fuego moderado, sin sal ni aceite, hasta que queden cocidos, enteros.

Cuélelos y eche un chorrito de agua fría.

Este arroz sirve como base para preparar infinidad de clases de arroz chino.

Ingredientes

2 pimientos morrones
rojos, picados en
tiritas delgadas 1 lata
camarones en
conserva o 1/4 kilo
frescos
1 coliflor de 1/2 kilo
más o menos.
1 paquete tallarín
delgado o spaguetti al
huevo 1 1/2 taza
cebolla picada fina
1/2 taza troncos de
apio picados
1 1/2 taza aceite
2 cucharas salsa soya
2 cucharas sazónador
1 cuchara sal molida

Ingredientes

1 1/2 tazas harina
1 1/2 tazas aceite
para freír
1 taza agua
3 manzanas peladas
y picadas en cubos
2 huevos
1 cucharilla royal
1 cuchara azúcar
molida
1 1/2 cucharilla sal
1 cuchara rasa
mantequilla
3 cucharas azúcar
granulada para
caramelo y 2
cucharas oporto

TALLARIN TOSTADO CON VERDURAS Y CAMARONES

Preparación.- Retueste los tallarines en 1/4 taza de aceite. Póngalos a cocer en 2 1/2 litros de agua hirviendo con la sal, hasta que estén suaves. Escúrralos en una coladera y mézclelos con la salsa siguiente.

En una sartén, con el mismo aceite de los tallarines, dore la cebolla picada. La coliflor debe lavarla y picarla en trozos chicos cocidos en agua y sal, con 2 cucharas de leche y 1/2 pan para que quite el olor, luego agregue en la sartén todas las otras verduras y déjelas cocer. Condimente con la salsa soya, el sazónador, la pimienta molida y el jugo de camarones. Mezcle con los tallarines y, al final, adorne con los camarones. Puede también mezclar pechugas de pollo, en aceite, picadas en rodajas o lomo de cerdo picado, frito en su misma grasa.

MANZANAS DRAGON DE ORO

Preparación.- En una ollita ponga al fuego el agua con la sal, el azúcar y la manteca. Cuando esté hirviendo, añada de golpe la harina cernida y déjela cocer por 3 a 4 minutos, removiendo constantemente. Aparte del fuego y deje enfriar.

Luego agregue los huevos uno por uno, mézclelos muy bien y al final, la cucharilla de royal. Amase brevemente con las manos, procurando que el royal quede distribuido por toda la masa y deje reposar un momento.

Espolvoree las manzanas, picadas en cubos de 2 1/2 por 2 1/2 cms. con el azúcar molida y el jugo de limón. Remueva bien y cubra cada pedazo de manzana con una masita estirada. En una sartén honda, ponga a calentar el aceite y fría en él las bolitas de manzanas. En otra sartén, disuelva el azúcar granulada con el oporto y deje que se haga caramelo rubio; pase cada bolita frita de manzana en él. Sáquelas con un tenedor, sobre una fuente pasada con mantequilla.

Cúbralas con salsa agri dulce y sirva en compoteras, 5 a 6 bolitas, como postre. También se puede preparar de duraznos, peras, plátanos o cerezas.

TAMALES DE SOYA

Ingredientes

6 tazas soya molida o
maíz (pataska
molida)
500 gramos de cerdo
(lomo molido)
4 cucharas ají amarillo
en vaina
(despepitado, lavado
y molido)
20 aceitunas negras
3 huevos duros,
partidos en 6
pedazos
1 cucharilla ajo molido
4 cucharas aceite para
freír cebolla y aju el
maíz o la soya
2 cucharas sazónador
o 2 cubitos de caldo
de gallina
1 cuchara rasa sal
molida
1 cuchara perejil
picado
1 cucharilla comino
molido
1 cuchara orégano
desmenuzado
1 1/2 tazas cebolla
picada menuda
1 1/2 tazas tomate
pelado y picado
Cantidad de chalas de
choclo. Cuando
faltan, se pueden
suplir con hojas
secas de plátano
6 pasas de uva, si lo
desea

O MAIZ

Preparación.- Muela el maíz o la pataska con el perejil, echando agua hasta que resulte como choclo molido.

En una cacerola coloque la mitad del aceite y haga cocer el maíz molido a fuego lento, hasta que se desprenda de la cacerola, removiendo constantemente.

En una sartén prepare el relleno, colocando el saldo del aceite. Fria el ají y la cebolla, añada la carne picada, el tomate picado, la pimienta y la sal. Cuando esté todo dorado, eche el sazónador.

Estire la hoja de plátano o chala en la palma de la mano, échele 2 cucharas de la masa y, en el centro, 1 cuchara de relleno, 1 pedazo de huevo duro, 1 aceituna sin pepa y 6 pasas si lo desea.

Envuelva la hoja, doblando de arriba hacia abajo, sobre la masa, luego, como un paquete en forma de rollo, sujete amarrando con tiras de la misma hoja, hechas de antemano.

Ponga a cocer, al vapor unos 30 a 40 minutos, acomodando en la olla unos marlos de choclo con hojas de los mismos, cubiertos apenas de agua y encima los tamales.

Sirva calientes, 2 tamales por persona.

Si desea conservar los alimentos al vapor existen ollas especiales para este fin, en los puestos de venta.

Ingredientes

CERDO AGRIDULCE

Preparación.- Una vez picada la carne, fríala ligeramente en el aceite. Condimente con la sal y la pimienta y rebócela con la siguiente masa.

MASA

Preparación.- En una cacerola ponga el agua con la sal y el aceite. Agregue de golpe la harina cernida. Mezcle muy bien y haga cocer unos 3 minutos, removiendo constantemente. Deje enfriar y añada los huevos, uno por uno, mezclando después de cada adición.

Amase con las manos para que se forme una masa suave. Estire una pequeña masita y coloque al centro una carne de chanco; cúbrala y forme una bolita del tamaño de una aceituna. Envuelva todas las carnes de igual forma y fríalas en aceite caliente hasta que queden doradas. Sáquelas con espumadera, sobre una fuente con servilletas de papel.

Aparte, prepare la salsa con los siguientes ingredientes.

Ingredientes

SALSA

Preparación.- En una cacerola ponga a fuego fuerte el agua con el azúcar hasta que se disuelva. Añada el vinagre, la sal, la salsa soya, la cebolla dorada en el aceite, los tallos de acelga, el apio, las achojchas, el pimiento, el sazónador y la piña. Deje cocer las verduras con los condimentos, por espacio de 10 minutos. Cuando esté así, añada la maizena disuelta en 1 taza de agua y deje cocer 3 minutos, luego, ponga sobre la salsa las bolitas fritas, para que hiervan todos los ingredientes juntos, por 30 minutos.

En caso que la salsa se haya secado, añada 1 o 2 tazas de agua caliente. Debe quedar con jugo espeso. Pruebe si tiene suficiente sal. Sirva caliente en la fuente.

Ingredientes

6 tazas de repollo
blanco picado en
tiras de 5 cm. de
largo
2 pimientos rojos
2 cucharas aceite
2 1/2 cucharas
vinagre de uva
1 cuchara sal molida
1 cuchara maizena
3 cucharas azúcar
granulada
1 1/2 taza agua fría
para disolver
maizena

Ingredientes

450 gramos lomo de
cerdo o res
1 1/2 kilo porotos
4 huevos enteros
2 tazas cebolla china
picada
1 taza apio blanco
(sacadas las fibras y
picadas)
3 cucharas aceite
1 cucharilla maizena
1/2 taza agua fría
para disolver la
maizena
1 cucharilla sal molida
2 cucharas salsa soya
3 cucharas aceite
1 cucharilla
sazonador
1 cucharilla pimienta
molida
2 huevos ligeramente
batidos

GUISO DE REPOLLO CHINO

Preparación.- Pique el repollo en tiras de 5 cms. de largo, habiendo sacado antes las nervaduras gruesas de las hojas.

Caliente el aceite en una cacerola a fuego fuerte, agregue el repollo y el pimiento picado en tiras, hasta que queden brillosos. Añada el saldo de los ingredientes y cocine hasta que el repollo esté apenas suave. Al final, aumente la maizena disuelta en el agua.

Deje cocer 2 minutos más y sirva caliente.

POROTOS CHINOS CON CARNE DE CERDO O RES

Preparación.- Saque bien, todas las piedritas de los porotos. Lávelos y remójelos en abundante agua tibia, desde el día anterior.

Temprano en la mañana cocínelos en bastante agua sin sal por espacio de 2 horas más o menos, hasta que estén suaves. Apártelos del fuego y fríalos en aceite caliente; condimente con sal y aumente el apio.

Pique la carne de cerdo o res y fría aparte en su propia grasa. Añada la cebolla y demás ingredientes. Haga cocer unos 20 minutos, luego agregue la maizena disuelta en el agua y deje cocer unos 3 minutos hasta que la salsa quede vidriosa. Junte con los porotos en una cacerola.

Aparte, en una sartén con un poco de aceite caliente, fría los huevos ligeramente batidos hasta que queden compactos. Píquelos en cuadrados de 2 1/2 centímetros.

Sirva los porotos calientes, adornados encima con los pedazos de huevo fritos. Acompañe con arroz chaufa.

Ingredientes

2 berenjenas grandes
500 gramos de lomo
de cerdo picado
pequeño
3 cucharas de hongos
remojados y picados
3 dientes de ajo picado
menudo 2 1/2 cucharas
salsa soya
2 cucharas salsa de
tomate
1 cuchara ketchup 1/4
taza aguajirita para
disolver la maizena
1 cucharilla pimienta
molidas
1 cucharilla sal 1
cucharilla maizena 1
cucharilla azúcar 1 /2
taza de aceite para freír
berenjenas

Ingredientes

1 kilo harina blanca 6
huevos enteros 1
cucharilla sal 1 taza
maizena 1 /4 litro agua

Ingredientes

2 1/2 tazas harina de
trigo
3 huevos enteros 1/2
taza agua
1 cucharilla sal
1 /2 taza
maizena
2 cucharas aceite

BERENJENAS CON CARNE DE CERDO

Preparación.- Pele las berenjenas y córtelas en rodajas finas, fríalas en aceite caliente hasta dorarlas de ambos lados.

En una sartén aparte, fría la carne de cerdo en su propia grasa. Añada la salsa soya, el ketchup, la maizena disuelta en agua, los hongos picados, la pimienta, la sal, el azúcar y los ajos. Remueva bien y, al final, agregue las berenjenas. Hágales dar un hervor hasta cocerlas. Sirvalas calientes, acompañadas de puré de papas o arroz graneado.

MASA PARA WANTAN I

Preparación.- En un recipiente hondo coloque la harina cernida, luego, añada los huevos batidos, el agua y la sal. Forme una masa de consistencia regular, vacíela sobre la mesa y frótelas mucho hasta que suene como chiclet. Divida la masa en pedazos, aplánela un poco con la yema de los dedos y úntela con un poco de maizena. Con la máquina de hacer fideos es muy fácil estirlas, pasando las masas por el aplanador, siempre untadas con maizena. Doble cada tira en 2 y luego en 3, continúe estirando hasta dejar la masa muy delgada.

Corte en cuadrados de unos 10 cms. Para guardarla ponga una encima de otra, separándolas con papel mantequilla. Esta masa se emplea para muchas otras frituras.

MASA PARA WANTAN II

Preparación.- En un recipiente hondo bata los huevos, agregue el agua, la sal y luego la harina. Mezcle y forme una masa fina. Vacíe sobre la mesa, después de haberla espolvoreado con maizena. Frótelas muy bien. Divídala en pedazos y pásela por la máquina, como la primera.

En caso de que no tenga máquina, estírelas con rodillo partiéndola en pedazos, doblándola unas 3 veces y untando siempre con maizena. Esto se hace para que al freír quede como masa de hoja y más crocante. Rellene con los diferentes rellenos que se presentan a continuación.

Ingredientes

500 grs. de camarones
o de langostinos
limpios y molidos en la
máquina de tamaño
pequeño 2 pepinos en
escabeche, molidos
junto con los
camarones 2 huevos
enteros 1 cuchara
perejil

RELLENO PARA WANTAN IH

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes. Estire las masitas de wantán y, a cada una, póngale una cucharilla de relleno.

Una los extremos, como ataditos y fríalos en abundante aceite caliente. Sáquelos sobre una fuente con servilletas de papel.

RELLENO DE WANTAN II

Ingredientes

300 grs. de pechuga de
pollo cocida y molida
sin cuero
300 gramos lomo de
chanchito muy molido
y dorado en su
propia grasa
1 1/2 tazas cebolla
licuada, juntamente
con 2 dientes de ajo
1 cucharilla sal
1 cucharilla pimienta
molida
1 huevo entero
1 cucharilla albahaca

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes, pruebe la sal y disponga en la mesa las masitas de wantán. En cada una ponga una cucharilla de relleno. En caso de que la masa esté algo seca, pásele alrededor un poco de agua, con la yema de los dedos, y péguelas en forma triangular o rectangular.

Cuando estén todas listas, fríalas en una sartén honda, con bastante aceite caliente. Sáquelas sobre servilletas de papel.

SALSA AGRIDULCE PARA WANTAN

O CHICHARRON DE POLLO

Ingredientes

2 1/2 tazas piña jresca
o en conserva
1 /3 taza de azúcar
molida
2 cucharas maizena
(disuelta en 1 /2 taza
de agua), o harina de
papa
1 1/4 taza vinagre de
vino
2 cucharas salsa soya
y 1/4 deJenjibre

Preparación.- Escorra la piña y píquela menuda. Coloque el jugo en una cacerola con el azúcar. Agregue el vinagre y la salsa soya.

Haga hervir y aumente la maizena disuelta. Remueva constantemente hasta que quede transparente. Añada los pedazos de piña y haga dar un hervor más.

Ingredientes

1 1/2 tazas pechuga
de pollo cocida con
1 cucharilla de sal
colmada
2 cucharas salsa soya
1/2 cucharilla
pimienta 1 taza
cebolla finamente
picada 1 taza tomate
picado 1 cucharilla
sazonador
1 /4 taza aceite para
freír cebolla y 1 1/2
tazas para freír
wantán

Ingredientes salsa

1 1/2 tazas agua 1/2
cucharilla sazónador
2 cucharas maizena,
1 taza de agua para
disolverla
3 cucharas vinagre 3
cucharas azúcar
granulada
2 cucharas salsa soya
1 cucharilla ketchup

Ingredientes

4 cucharas miel de
caña
1 /2 taza jugo de
naranja
2 cucharas salsa soya
4 cucharas vinagre
4 cucharas ketchup
1/2 cucharilla sal
1 /2 cucharilla
pimienta molida
3 cucharillas maizena
1 taza agua fría

RELLENO PARA WANTAN I

Preparación.- En una sartén, ponga a calentar el aceite. Fría en él la cebolla y agregue la pechuga de pollo ya cocida con la sal molida, el tomate picado, la pimienta, la salsa soya y el sazónador. Deje cocinar unos minutos más. Aumente sal, si es necesario, mezclando muy bien.

En cada masita de wantán ponga 1 cucharilla del relleno, junte las 4 esquinas en el centro de la masita para que quede bien cerrada, haga todos los wantanes, Recién fría en aceite caliente. Sirva con la siguiente salsa.

SALSA AGRIDULCE I

Preparación.- Ponga al fuego una olla con el agua y el azúcar, hasta que se disuelva por completo, aumente la salsa soya y el vinagre.

Cuando esté hirviendo añada la maizena disuelta en el agua. Remueva hasta que quede transparente. Al final agregue el ketchup y la cucharilla de sazónador.

Sirva caliente en una salsera, con un cucharoncito puesto al centro.

SALSA AGRIDULCE CON NARANJA

Preparación.- En una cacerola mezcle la miel, el jugo de naranja, el ketchup, la salsa soya y el vinagre. Póngalos a hervir.

Disuelva la maizena en la taza de agua, incorpórela a la salsa y haga cocer hasta que quede transparente. Sazone con sal y pimienta, al gusto.

CHICHARRON DE POLLO

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos más o menos
4 cucharas salsa soya
1 /2 taza cebolla china picada fina
1 cucharilla sazónador
1 taza aceite
2 cucharas gin o coñac
3 cucharas agua
1 cucharilla sal

Preparación.- Corte el pollo en pedazos de 3 1/2 cms., tratando de no dejar astillas de los huesos. Caliente la sartén por 2 minutos y recién eche el aceite, calentando al máximo. Con la ayuda de una espumadera ponga unos 10 a 15 pedazos por vez, fría un poco y sáquelos de la fuente.

Nuevamente deje calentar el aceite y repita la operación por 3 veces, hasta que los pedazos de pollo queden dorados y crocantes.

En el aceite en el que se doró el pollo, dore la cebolla picada, agregue el pollo frito, gin o coñac, la salsa soya, el sazónador y las 3 cucharas de agua. Disuelva 1 cucharilla rasa de maizena, aumente el agua haciendo dar un hervor para que espese la salsa y quede el chicharrón crocante.

Ingredientes

1 1/2 tazas aguapara disolver tamarindo
1/2 cucharilla sazónador
2 cucharas maizena
1 taza agua para disolver la maizena
3 cucharas azúcar granulada
2 cucharas salsa soya
1 cuchara ketchup

SALSA AGRIDULCE DE TAMARINDO

Preparación.- Disuelva el tamarindo en agua caliente, cuélelo y mida 1 1/2 tazas de él. En una ollita ponga al fuego con el azúcar, la salsa soya y el sazónador.

Disuelva la maizena en el agua y viértala en la salsa. Deje cocer hasta que quede transparente; al final añada el ketchup y mezcle muy bien. Sirva en una salsera para cubrir wantán, repollos, dragón de oro, chicharrón de pollo, etc.

Ingredientes

2 cucharas azúcar
1 cuchara maizena
2 cucharas vinagre de vino
1 cuchara ketchup
1 /2 cucharilla sal molida
1 taza aguajría
2 gotas colorante rojo

SALSA AGRIDULCE H

Preparación.- En una cacerola pequeña eche la taza de agua fría, el azúcar, la sal, el vinagre y las gotas de colorantes. Ponga a hervir.

En 1/2 taza de agua disuelva la maizena y agregue al resto de los ingredientes. Haga cocer unos minutos más, hasta que quede transparente y espesa.

Sívala caliente en una salsera, para acompañar wantán o chicharrón de pollo.

CANUTOS DE REPOLLO "DRAGON DE ORO"

Ingredientes

12 hojas de repollo
cocidas en 2 1/2 tazas
agua con 1 cucharilla
sal 3 zanahorias
peladas, picadas y
cocidas en agua y sal
al gusto
1 taza cebolla picada
en cubitos 1 pimienta
morrón rojo, picado en
cubitos
1 1/2 cucharas aceite
para dorar
ligeramente cebolla
1 taza tomate pelado y
picado menudo
1/2 cucharilla pimienta
molida 1/2 cucharilla
sal molida
1 1/2 cucharas salsa
soya

Ingredientes masa

1 1/2 tazas harina
blanca
2 huevos enteros
2 cucharas agua fría 1
/4 cucharilla sal 1/2
cuchara azúcar
granulada 1/2
cucharilla bicarbonato
1 1/2 tazas aceite para
freír

RELLENO Y ENVOLTURA

Preparación.- Haga cocer a medias, las hojas de repollo para que no se destrocen. Saque las nervaduras y escurra en una coladera. En un recipiente mezcle todas las verduras cocidas y escurridas y los demás ingredientes.

Estire la mitad de las hojas de repollo y ponga al centro una cuchara de este relleno. Cubra por un extremo y otro la mezcla de verduras y envuelva empezando de un lado, ajustando para que queden como unos chorizos delgados y firmes.

Para cubrir los canutos prepare una masa con los siguientes ingredientes:

MASA

Preparación.- En un recipiente mezcle los huevos, el agua y la sal. Añada la harina cernida con el bicarbonato y forme una masa que se pueda trabajar con las manos.

Déjela reposar 1/2 hora. Luego, con un uslero sobre una mesa enharinada, estire hasta lograr 1/2 cm. de espesor . Corte rectángulos de 5 por 3 1/2 cms.

Cubra con esta masa los canutos de repollo, humedeciendo con agua los contornos para que queden completamente pegados. Termine de hacer todos y recién fría en una sartén con aceite caliente.

Sirva con una salsa agri dulce de tamarindo (Ver pag. 283).

PATO AL ESTILO MANDARIN

Ingredientes

Relleno y empuñadura

- 1 planta apio (6 troncos)
- 1 cebolla para cocer con el pato
- 1 zanahoria entera para cocer con el pato
- 1 cucharilla sal molida para cocer con el pato
- 2 cucharas aceite
- 2 litros agua
- 8 granos pimienta entera dulce

Ingredientes salsa

- 9 cebollas verdes chinas, picadas en tiras de 3 cms.
- 2 dientes de ajo picado fino
- 1 cucharilla jengibre molido
- 2 cucharas gin
- 1 cuchara salsa soya
- 1 cucharilla azúcar granulada
- 2 cucharas maizena disuelta en 1 taza de agua
- 1 cuchara mantequilla con sal
- 1 cuchara sazonzador
- 1 cuchara jugo de limón
- 1 1/2 tazas del caldo donde coció el pato
- 1 cubito de caldo concentrado de pollo

Preparación.- En una cacerola cocine el pato cubierto con el agua, la sal, la zanahoria, la cebolla entera, la pimienta y el apio, hasta que esté suave.

Divídalo en presas iguales, sacando los huesos de las costillas, el pecho y la columna, luego tréalas en el aceite hasta que estén doradas.

Coloque las presas en una fuente y cúbralas con la siguiente salsa.

SALSA

Preparación.- En una cacerola coloque el agua donde cocio el pato con el caldo concentrado, la mantequilla, la salsa soya, el azúcar, el jugo de limón, el sazonzador, el gin, los ajos picados y el jengibre. Deje cocer unos 5 minutos.

Disuelva la maizena. Agregue a la salsa; remueva constantemente hasta que espese y se ponga vidriosa. En caso que sea necesario, añada algo más de caldo.

Lave las cebollitas y píquelas de 3 cms. de tamaño, échelas a la salsa y deje dar un hervor, hasta que cuezan un poco. Cubra las presas de pato con esta salsa.

Sirva con arroz blanco chino, arroz chaufa o fideo chino.

DECIMOQUINTA SECCION

*** Refrescos de toda clase**

REFresco DE TUNA CON LIMON

Ingredientes

6 tunas peladas y
cortadas en pedazos
pequeños
1 taza azúcar
Jugo de 2 limones
2 litros agua hervida
fría
1 taza de hielo en
cubos

Preparación.- Licúe las tunas dos veces, en 1 litro de agua, y con 1 cuchara de jugo de limón y media taza de azúcar, por vez.

Cuele y ponga en una jarra, agregando el hielo.

REFresco DE TUMBO Y TARHUI

Ingredientes

8 tumbos
2 1/2 litros de agua 1
taza tarhui y 2 tazas
agua para disolver
1 taza azúcar
2 rafas de canela 2
clavos de olor 1 1/2
tazas de hielo
picado

Preparación.- En una olla, haga hervir el agua con la canela y el clavo de olor por 15 minutos. En un recipiente, disuelva el tarhui en las 2 tazas de agua y viértalo al agua hirviendo, removiendo constantemente por espacio de 10 minutos. Endulce y deje enfriar.

Pele los tumbos, quíteles las telitas que cubren los granos. Licúelos, echándoles 1/2 taza de agua. Cuele, mezcle con el tarhui hervido y sirva frío con el hielo picado.

CHICHA DE MAIZ MORADO (CHICHA KULLI)

Ingredientes

7 litros de agua 5
mazorcas de maíz
morado
5 ramas de hinojo 5
clavos de olor 3
rodajas pina picada 2
rajas canela Cáscara
de 1 naranja

Preparación.- Desgrane el maíz, lávelo muy bien y déjelo remojar en 7 litros de agua desde el día anterior. Ponga el maíz en una olla grande y déjelo hervir hasta que revienten los granos y el agua tome color morado. Cuando esté así, añadale la pina, la canela, la cáscara de naranja, el hinojo, los clavos de olor y déje hervir 15 minutos más.

La chicha debe quedar siempre, en 5 litros. Añada agua poco a poco, para que no se seque. Cuele en una olla de fierro enlozado. Para beber saque solamente lo necesario en una jarra. Endulce a gusto lo que va a usar.

Póngala al refrigerador por lo menos unas 2 horas, antes de servir.

CHICHA DE GUINUA

Ingredientes

*1 kilo quinua real
2 rajas de canela
3 clavos de olor
8 litros de agua
1 taza pasas de uva
1 taza coco rallado 1
taza arroz*

Preparación.- Lave la quinua en varias aguas, hasta que no tenga piedrita alguna. Hágala cocer en una cacerola con 3 litros de agua, añadiendo el arroz, hasta que ambos granos queden reventados como rositas.

En otra cacerola hierva el coco rallado, el clavo y las pasas, más o menos por 1/2 hora. Mezcle ambos cocimientos y deje que hiervan juntos 1/2 hora más.

Cuando estén listos, cuélelos en un recipiente de fierro enlozado. Para que tenga cuerpo, pase los ingredientes por la coladera fina con una cuchara de palo, presionando sobre ella.

Debe pasar por lo menos 1 1/2 tazas de crema espesa, mézclela con el jugo y mida la cantidad del líquido y agregue hasta completar 8 litros.

Para usar, sáque removiendo siempre, solamente la cantidad necesaria para el momento. Endulce a gusto. Enfrie, por lo menos 2 horas, en el refrigerador.

REFRESCO DE VERDURAS VITAMINICAS

Ingredientes para una jarra

*100 gramos hojas
tiernas de alfalfa
1 taza zanahorias
raspadas
1 taza hojas y tallos
tiernos de apio
Jugo de 2 limones
1 taza de hielo picado
1 taza azúcar
granulada
2 litros agua hervida
fría
1 ¡2 cucharilla vainilla*

Preparación.- En la licuadora ponga la zanahoria raspada, la alfalfa, los tallos y las hojas tiernas de apio, el jugo de limón, el azúcar y la parte del agua hervida fría. Licúe hasta que todo esté unido. Cuele con un colador fino de alambre y añádale el hielo picado, el resto de agua cocida y la vainilla. En caso de que el refresco esté muy espeso, puede aumentar un poco más de azúcar y 1 taza de agua siempre cocida fila.

Este refresco es muy apropiado para chicos y grandes, por contener muchas vitaminas.

REFresco DE AVENA

Ingredientes

3 litros de agua
1 1/2 taza avena
2 cucharas jugo de limón
3/4 taza azúcar granulada o al gusto
1 raja de canela

Preparación.- Haga hervir el agua con la canela y el azúcar, luego añada la avena en forma de lluvia para evitar que se formen grumos. Remueva y deje cocer apenas unos 3 minutos. Deje enfriar, cuele y agregue el jugo de limón. Sirva como refresco muy delicado.

Ingredientes

4 naranjas partidas en cubos
Jugo de 6 naranjas
Jugo de 1 limón
1 taza azúcar granulada
1 taza hielo picado
2 litros de agua

REFresco DE NARANJA CON CASCARA

Preparación.- En la licuadora ponga la naranja con parte del agua y el azúcar. Licúe completamente y cuele. Añada el saldo de agua, el jugo de las naranjas y el limón; mezcle muy bien y añada el hielo picado. Sirva frío.

TOSTADA VALERIANA

(PARA 25 VASOS)

Ingredientes

1 / 2 kilo cebada
1 taza maíz willkaparu
1 cáscara de naranja
1 rama de hinojo
1 tronquito canela
6 litros agua
4 clavos de olor
1 taza azúcar hecha caramelo
1 taza miel de caña

Preparación.- Tueste al homo, en una charola, el maíz y la cebada. Cuando estén fríos, muéloslos ligeramente en un batán. Hágalos cocer juntamente con el agua, el hinojo, la canela, el clavo de olor y la cáscara de naranja hasta que queden suaves los granos. Estará listo en 2 horas.

A medida que hierva, añada más agua para que quede siempre en los 6 litros. Cuando esté listo deje que enfrie en un recipiente de fierro enlozado o plástico. Cuele solamente lo que va a usar y endulce con una parte de la miel y el azúcar hecha caramelo. No es aconsejable endulzar todo, porque fermenta rápido.

Guarde el recipiente en el refrigerador.

Ingredientes

*Ralladura de 3
limones enteros
Zummo de 4 limones
1 1/2 tazas azúcar
granulada 1 1/2 litros
agua hervida fría 1
taza hielo picado*

LIMONADA CON LIMONES ENTEROS

Preparación.- Parta 3 limones con sus cáscaras, en pequeños pedazos. Saque las semillas y licuélos con el azúcar, el jugo de limón y parte del agua. Cuele en una coladera muy fina y agréguéle el saldo del agua y del hielo. Sirva frío.

Ingredientes

*500 gramos uvas
rosadas
1 taza miel de abeja
2 litros agua hervida
fría
1 taza hielo picado
Jugo de 1 limón*

REFresco DE UVA CON MIEL DE ABEJA

Preparación.- Ponga en la licuadora las uvas lavadas y desgranadas con parte del agua, del jugo de limón y de la miel. Licúe muy bien. Cuele y complete el saldo de la miel, del agua y del hielo picado.

MAYONESA

**DECIMOSEXTA
SECCION**

*** Salsas, mayonesas y
condimentos**

SALSAS Y ADEREZOS VARIADOS

A continuación indicaré numerosas maneras de preparar salsas, calientes y frías para carnes, aves, pescados y mariscos.

Las llamaré con nombres sencillos y claros para que, al leer, ustedes vean que todas son fáciles de preparar.

Nosotros tenemos todos los ingredientes necesarios para preparar los manjares más variados; depende solamente del gusto y del deseo de hacerlo.

MAYONESA BASE I

Ingredientes

1 1/2 tazas aceite
1 huevo entero
1 cucharita mostaza
2 cucharas ketchup
(salsa de tomate)
1 cucharilla sal 1/2
cucharilla pimienta
molida

Preparación.- En la licuadora ponga los huevos y la sal, bátalos 10 segundos. Agregue el aceite en chorrito delgado hasta que espese, siempre batiendo. Pare la licuadora para agregar la mostaza, salsa de tomate y pimienta, mezclando muy bien.

Guarde en el refrigerador, en un frasco limpio.

Ingredientes

1 taza mayonesa base
3 cucharas pimientos
verdes, picados
menudo
2 cucharas locoto
lavado y picado
menudo
1 cucharita vinagre
2 cucharas cebolla
picada menudo
2 cucharas pepinos en
escabeche, picado
fino

MAYONESA COMBINADA

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes y póngalos en una salsera.

Esta preparación sirve de acompañamiento, por ejemplo, para huevos duros de codorniz con pinches, albóndigas, chicharroncitos, etc.

Ingredientes

1 ½ taza jugo de limón
1 ½ cucharilla sal
molida
1 cucharara paprika
(salsa picante) o 1
cuchara afi colorado
cocido
1 / 2 taza aceite 1 / 2
cucharilla pimienta 1
cuchara ketchup

Ingredientes

Salsa mayonesa
espesa de 3 yemas 1
1/2 tazas aceite 1
cucharilla sal molida y
2 cucharas azúcar
granulada 1 / 2
cucharilla pimienta
molida 1 cucharara jugo
de limón
1 taza crema de leche
batida
1 cucharara mostaza 1
taza nueces molidas

Ingredientes

1 1/2 tazas zanahorias
picadas 1 1/2
cucharas mostaza
1 taza papas picadas
1 1/2 litros aguapara
hacer cocer
zanahorias y papas
2 tazas aceite 1 1/2
cucharillas sal
molida
2 cucharas jugo de
limón
1 / 2 cucharilla
pimienta molida

CONDIMENTO O SALSA AL LIMON

Preparación.- En una sartén haga cocer el ají con el aceite. Luego con la licuadora, mezcle todos los ingredientes. Ponga en una salsera.

Sirve para condimentar ensaladas o para alcachofas, Guarde el saldo, en el refrigerador, en un frasco tapado, para usarlo cuando llegue la ocasión.

MAYONESA CHANTILLY CON NUECES, PARA MARISCOS O HUEVOS DUROS

Preparación.- Prepare la mayonesa solamente de yemas, (ver preparación: mayonesa de yemas). Cuando esté lista, agregue el azúcar, la mostaza, las nueces molidas y al final, la crema de leche batida.

Esta mayonesa sirve para condimentar ensaladas cocidas para buffet, mariscos, base de sandwiches, mezclar rellenos para saladitos, tartaletas, bombitas, cachos y para cubrir espárragos o palmitos.

MAYONESA SIN HUEVO (EN LICUADORA)

Preparación.- En una cacerola con agua ponga a cocer las zanahorias picadas sin corazón o parte central, con una cucharilla de sal.

Cuando hayan cocido unos 10 minutos, agregue las papas peladas y deje cocer hasta que estén blandas; escúrralas y póngalas tibias en la licuadora. Añada todos los ingredientes y haga funcionar en velocidad media, hasta que se deshagan, luego dé mayor velocidad . En caso que quede muy espesa e hiciera falta líquido, ponga 1 cucharara más de limón y 1 ó 2 cucharas de aceite.

Esta mayonesa queda muy bien para aderezar jamón picado y poner sobre hojas de lechuga.

MAYONESA BASE DE PURA YEMA

Ingredientes

3 yemas de huevo 1
1/2 tazas aceite 1
cuchara mostaza 1
1/2 cucharilla sal
1 1/2 cucharilla
pimienta molida 1
cuchara jugo de
limón

Preparación.- En un recipiente ponga las yemas, añada, poco a poco el aceite, mientras revuelve con batidor de alambre o espátula de madera, siempre en el mismo sentido y en forma circular hasta que espese. Condimente con la mostaza, la sal, la pimienta y el jugo de limón.

La única causa por la que se corta la mayonesa es porque se le echa de golpe el aceite. Debe echársele en forma de hilo. Conforme espese, debe echar mayor cantidad de aceite y el batido debe ser más enérgico.

Nota.- Cuando la mayonesa se corte, agregue una yema de huevo duro estrujado y unas gotas de agua helada. Ponga la mayonesa cortada en un recipiente sobre hielo y bata en forma circular con cuchara de palo.

Esta mayonesa de puras yemas es muy buena para decorar fuentes, porque es más consistente que la otra y puesta en una manga se le da las formas que se desee. Además, se la presenta en variedad de gustos y colores.

MAYONESA ROSADA.- Cuando esté lista la mayonesa; agréguele, poco a poco, 1/2 taza de pimienta morrón rojo, licuado con 1/2 taza de aceite. Para color guindo agregue 4 cucharas de betarraga, licuada con 1/2 taza de aceite.

MAYONESA VERDE.- Para obtener una mayonesa verde, agregue, poco a poco 1/2 taza de espinaca o acelga cocida, licuada con 1/2 taza de aceite.

Ingredientes

4 yemas de huevo
1 1/2 tazas aceite
1 cucharilla sal
1/2 cucharilla
pimienta negra
molida
1 cucharilla polvo de
gelatina sin sabor
1 cuchara mostaza
2 1/2 cucharas agua,
para disolver
gelatina a "baño
María"

MAYONESA BASED

Preparación.- Bata las yemas con la sal y échele el aceite, al comienzo en chorrito muy delgado, luego, más grueso.

Al final agregue la gelatina disuelta en el agua a baño "María" y la mostaza.

Ingredientes

1 1/2 tazas mayonesa
de yemas
1 y 2 taza crema de
leche
1 cucharita salsa soya o
salsa inglesa
2 cucharas ketchup
(salsa de tomate) 2
huevos duros, picados
muy menudo 1
cucharilla

sazonador

Ingredientes

1 diente de ajo 1
cuchara mostaza 4
anchoas
1 /2 pimienta morrón
finamente picado
2 cucharas perejil 1
cuchara salsa de
tomate
1 /2 cuchara vinagre
1/2 taza mayonesa
preparada

Ingredientes

2 dientes ajo 1 cuchara
perejil picado
1 / 2 taza cebolla
finamente picada 1 y 4
taza aceite para dorar
cebolla
1 1/2 tazas puré de
palta
1 /2 taza tomate pelado
picado 1/2 taza vino
blanco

Sal y pimienta al gusto

SALSA GOLF PARA MARISCOS

Preparación.- Añada a la mayonesa la crema de leche batida, la salsa soya, el ketchup, el sazónador, la sal y la pimienta. Al final, agregue los huevos duros picados.

Mezcle muy bien y sirva con mariscos, especialmente con langosta y langostinos. También puede servirse con bocaditos para picar.

SALSA PARA PESCADO I

Preparación.- Licúe el ajo, el perejil y las anchoas. Agregue la mostaza, la salsa de tomate, el vinagre, los pimientos picados y la mayonesa. Mezcle muy bien y cubra el pescado o los langostinos.

Estas salsas dan un sabor muy refinado a varios preparados. También sirven para cóctel, para acompañar bocaditos salados.

SALSA PARA MARISCOS O PESCADO H

Preparación.- En el aceite dore la cebolla, aumente el tomate y cocine un momento. Añada el vino y condimente con sal y pimienta.

Deje cocer unos minutos más hasta que se reduzca un poco, al final, añada la palta estrujada o licuada. Mezcle muy bien.

Sirva en una salsera o sobre mariscos o pescado.

Ingredientes

1/4 kilo requesón 1
pimiento morrón
grande picado 1/2
cucharilla sal molida

Ingredientes

1/4 kilo requesón 5
cebollas chicas en
escabeche 1 cuchara
mostaza 11/2
cucharas ketchup
1 cucharilla sal

Ingredientes

La pulpa de 1 pina (2
1/2 tazas)
2 paltas (2 1/2 tazas)
2 cucharas azúcar
granulada
1 cucharilla sal molida
3 cucharas jugo de
limón
2 cucharas mostaza 2
cucharas ketchup 1/2
taza aceite
1 cucharilla pimienta
molida

Ingredientes

1/2 litro crema de
leche
1 cucharilla rasa sal
molida
1 cucharilla pimienta
molida
1 cuchara mostaza
2 cucharas ketchup

CREMA PARA PICAR I

Preparación.- Licúe todos los ingredientes juntos y sirva en una salsera para acompañar quesitos, papas fritas, etc.

CREMA PARA PICAR II

Preparación.- Ponga todos los ingredientes en la licuadora y mezcle hasta que se forme una crema. Vacíelos en la salsera.

Sirve para acompañar muchos bocaditos para picar.

CONDIMENTO FRANCES

Preparación.- Pele la piña. Sáquele los ojos negros que tiene alrededor y el corazón. Píquela en pedazos pequeños. Pele las paltas y píquelas, luego, mezcle todos los ingredientes. Divida en 2 porciones y licúelas hasta que formen una crema.

Este condimento es adecuado para servir con mariscos, pescado y carnes de diferentes especies; también, para bocaditos.

CREMA DE LECHE PARA RELLENAR TARTALETAS

Preparación.- Bata la crema de leche con batidora eléctrica y cuando empiece a espesar, añada la sal y la pimienta, el ketchup y la mostaza. Bata una vez más, solamente para mezclar los condimentos.

Ponga la crema en una manga para decorar, con boquilla rizada de 5 ranuras, y llene las tartaletas haciendo unos arabescos. Adorne encima con un camarón, chorito al natural, ostra, anchoa, un poco caviar o jamón picado. Las tartaletas quedan muy finas con esta crema.

SALSA BLANCA

INGREDIENTES;	RAFA:	REGULAR	ESPESA:
Mantequilla:	1 cucharada	2 cucharadas	1/4 de taza
Harina:	1 cucharada	2 cucharadas	1/4 de taza
Sal:	1 /4 cucharilla	1/4 cucharilla	1/4 cucharilla
Pimienta:	1/8 cucharilla	1/8 cucharilla	1/8 cucharilla
Leche:	1 taza	1 taza	1 taza

Preparación.- Derrita la mantequilla en una cacerola a fuego lento. Añada la harina, la sal y la pimienta; remueva constantemente hasta que esté suave y burbujeante. Saque del fuego. Siempre removiendo constantemente, agregue la leche. Vuelva a calentar hasta que hierva. Deje hervir 1 min. sin dejar de remover.

Ingredientes

1 cuchara cebolla
 Jlnamente picada
 2 cucharas perejil
 picado
 2 cucharas apio picado
 (tallos)
 2 cucharas ají verde,
 picado sin semillas
 2 huevos cocidos
 duros, picados fino
 1 cuchara sazoador
 1 palta hecha puré (1
 1/2 tazas)
 1 cuchara jugo de
 limón
 1 cuchara mantequilla
 con sal
 1 cuchara salsa soya
 1 taza leche
 1 cucharilla sal
 2 cucharas maizena

CONDIMENTO CON PALTAS Y SALSA BLANCA

Preparación.- En un recipiente ponga la palta pelada, estrujada con un tenedor. Quítele las fibras que tiene y añada, poco a poco, el jugo de limón, la salsa soya, la cebolla, el perejil, el apio, el ají verde, los huevos duros y el sazoador.

Mezcle muy bien con cuchara de palo, al final, agregue la salsa blanca. Remueva nuevamente, para que se junte todo.

Este condimento es apropiado para cubrir milanesas de pollo, ternera, pollo al homo, roast beíf, para decorar fuentes de buffet, etc.

Ingredientes

1 1/2 tazas requesón o
quesillo
1 cucharita mostaza
1 yema de huevo
2 cucharas aceite
1 cucharilla sal
2 cucharas jugo de
limón

CONDIMENTO CON REQUESON O QUESILLO

Preparación.- En la licuadora mezcle muy bien todos los ingredientes. Esta salsa se asemeja a una mayonesa liviana y es apropiada para condimentar ensaladas cocidas o de hoja. También aconsejo servirla en un recipiente, para sopar bocaditos o frituras para coctel.

Ingredientes

2 1/2 cucharas leche
en polvo
1/2 taza agua
1 cucharita mostaza
2 yemas de huevo
2 cucharas de aceite
2 cucharas Jugo de
limón
1 cucharilla sal
molida
1 /2 cucharilla
pimienta molida

CONDIMENTO CON LECHE EN POLVO

Preparación.- Ponga en la licuadora el agua, añádale leche en polvo, luego, la mostaza. Bata con velocidad mediana y siga agregando las yemas, el aceite, el jugo de limón, la sal y la pimienta.

Esta salsa es apropiada para cubrir tortilla de sesos, de cebolla, budines de verduras, huevos duros, pescado frito, etc.

SALSA PARA CONDIMENTAR

ENSALADAS COCIDAS

Ingredientes

1 cucharita mostaza
1 cucharilla sal
1 taza aceite
2 cucharillas azúcar
1/2 cucharilla sal de
apio
1 cucharita vinagre
1 cucharita jugo de
limón
1 /2 taza ketchup
1 pizca nuez moscada

Preparación.- Ponga en la licuadora todos los ingredientes juntos y licúelos muy bien.

Condimente, con esta salsa, espárragos, brócolis, arvejas, vainitas, papas a la cucharita, ensalada de zanahoria, etc.

Guarde el sobrante en el refrigerador, en un frasco. Al momento de usar, agítela en el mismo frasco.

SALSA DE MOSTAZA

Ingredientes

*1 taza salsa blanca
rala
1 cucharada mostaza
1 cucharilla salsa
inglesa
1 / 8 cucharilla de
clavos de olor en
polvo.*

Preparación.- Mezcle todo y siiva callente.

SALSA MORNAY

Ingredientes

*1 taza salsa blanca
rala
1/2 taza queso rallado
gruyere. Suizo o
Cheddar
1 / 4 taza queso
parmesano rallado
1 cucharilla mostaza
2 yemas*

Preparación.- Caliente la salsa blanca y añada el queso mostaza. Revuelva, sobre fuego bajo, hasta que el queso derretido. Si desea, deje caer dos yemas de huevo en la salsa mientras la esté cocinando y mezcle bien.

SALSA VERDE

Ingredientes

*2 pedazos de pan
1 ramo de perejil
2 cucharas de
alcaparras
2 huevos hervidos
aceite, vinagre y
sal*

Preparación.- Ponga a remojar la parte interior del pan en vinagre. Pique finamente el perejil; los huevos y las alcaparras. Mezcle todo con el pan, bien exprimido. Añada luego el aceite y vinagre a gusto. Sirva esta salsa con carnes hervidas o asadas.

ft#

FLORES DE PASTILLAJE BRASILEIRO Pág. 319 (Foto: H. S[^])

DECIMOSEPTIMA SECCION

*** Recubrimientos y baños
para diferentes tortas.
Encajes y decorado en
general**

ADORNOS DE TUL PARA TORTAS

Ingredientes

*2 claras de huevo
2 1/2 tazas azúcar
molida cernida 1/2
cuchara ácido
acético*

Preparación.- En un recipiente mezcle las claras con el azúcar cernida. En forma circular y siempre del mismo lado, añada el ácido acético y bata un momento más. Con una cucharilla levante un poco del contenido y deje caer en forma de raya sobre un platillo. Si no se esparce la raya, la preparación está lista.

En caso de que quede corrediza, adhiera poco a poco azúcar cernida, batiendo después de cada adición, hasta obtener una rayita firme que no se extienda. La cantidad de azúcar varía según el tamaño de la clara. Algunas veces los huevos son más frescos y tienen mayor cantidad de clara que otros que están guardados por algún tiempo.

Dibuje en papel mantequilla, las figuras que desee confeccionar. Deben ser claras y simétricas. Depende de la habilidad e ingenio personales, para variar las formas y rasgos de las mismas.

Presentaré algunos dibujos e ideas que le servirán de mucho.

Forre un tubo cilíndrico especial para este fin. Pegue con cinta adhesiva el papel con dibujo; luego cubra la lámina con nylon transparente. Al final amarre el tul bien tirante sobre la figura.

Llene la crema en una manga o decorador con boquilla perlé fina y sobre la figura empiece a llenar con los trazos ideados, lo más junto posible, unos de otros, para que al secar sean más firmes y no se rompan los encajes.

Deje secar unos 5 a 6 días para sacarlos del molde. Córtelos contornos del tul con una tijera fila, sin malograr el decorado. Guarde en una charola plana cubierta con nylon hasta que los utilice.

Para que la crema no se seque mientras trabaja, tape el recipiente con una servilleta húmeda.

GLACE REALI

Ingredientes

*2 claras de huevo
Azúcar molida cernida
1/2 cucharilla ácido
acético o 1 cuchara
jugo de limón*

Preparación.- En un recipiente ponga las claras de huevo sin batir. Agregue azúcar molida cernida, por cucharadas, revolviendo con una cuchara de palo, hasta que el batido espese. Luego, añada el jugo de limón o ácido acético y siga batiendo hasta que, cuando levante la cuchara no se corra la crema y se pueda manejar con las manos.

Para decorar bordes de tortas o rayitas, el glacé no debe estar muy seco.

Las rosas, palomitas o flores se hacen con más consistencia. Con este mismo glacé forme los encajes en tul. Esta crema no es muy indicada para el decorado directo de la torta, porque al secar se pone muy dura y quita valor a aquellas. Para que una torta sea fina no solamente se debe apreciar el decorado, sino el sabor o fineza del pastel en todos sus aspectos.

GLACE n

Ingredientes

*2 claras de huevo sin
batir
1 /2 kilo o más
azúcar, molida
cernida
1 cucharilla ácido
acético*

Preparación.- Ponga las claras en un tazón y bátalas con una espátula de madera, en forma circular, añadiendo poco a poco, el azúcar molida y cernida, hasta que espese. Luego añada el ácido acético. Cuando las claras son muy frescas y grandes, alguna vez necesitan más azúcar. El batido está listo cuando se puede manejar con las manos y darle forma.

Si está corrediza, aumente poco a poco más azúcar y si está muy espesa, unas gotas de jugo de limón, hasta comprobar que las rayitas o arabescos que haga queden perfectos y no se corran o se partan al decorar.

Este decorado es apropiado para encajes de tortas, ilusiones, canastitas, campanas y uniones de carrozas, iglesias o rosas pequeñas hechas con decorados.

Con esta crema puede decorar diferentes flores y arbolitos, porque al secar quedan muy duros y puede trabajarlos con anticipación.

ENCAJES DE PASTILLAJE SOBRE TUL (Foto: n. saiana)

ENCAJES DE PASTILLAJE SOBRE TUL (Foto: II. Salama)

MANERA DE HACER ROSAS DE GLACE

Ingredientes

- 1 receta glacé algo espeso o consistente
- 1 decorador o manga con boquilla para rosas
- 1 /2 m. plastoformo grueso
- Tintes vegetales, rojo amarillo y verde
- 1 docena de clavos para formar las rosas.

Confección.- Debe mantener el glacé muy esponjoso, batiendo cada vez que llene el decorador o manga. Pase la base de los clavos con muy poca mantequilla.

En un clavo forme las rosas poniendo al centro el botón, luego, pétalo por pétalo, de izquierda a derecha en forma ondulada, intercalando en la segunda fila, para que los pétalos queden en los vacíos de la primera.

Pinche los clavos en 1 plastoformo, hasta que sequen las rosas, en un par de días.

Para hacer rosas de color, divida el glacé en los colores que desea confeccionar y tiña, cada uno, con una gota o más de tinte, hasta conseguir el color deseado. Estas florecitas las puede usar, poniéndolas en grupos o solas cuando decore la torta.

ILUSIONES DE GLACE

Accesorios para el trabajo

- 1 tijera
- 1 rollo papel crepé verde hoja
- Carpicola o cualquier otro pegamento
- 20 pedazos de alambre galvanizado delgado de 20 cm. de largo
- Decorador o manga con boquilla peñe N° 2

Confección.- Corte el papel en tiras de 1 cm. de ancho. Untelas con pegamento y envuelva los alambres empezando por la punta, en forma espiral.

Cuando todos estén listos, ponga la crema en una manga, habiéndola batido previamente. Sobre un plato, forme unas rayas, para comprobar si la crema está lista para el trabajo. Tome el alambre con la mano izquierda y el decorador con la derecha, con la boquilla perlé N° 2, forme argollitas alrededor del alambre, conservando distancia de 1 cm. entre una y otra.

Puede hacerlas de diferentes colores: rosadas, celestes, lilas y blancas. Son muy bonitas para formar ramos de flores silvestres que se usan mucho para varios decorados de tortas.

ROSITAS PEQUEÑAS

Forme las rositas con boquilla de 6 ranuras, apretando suavemente el decorador o manga sobre el lugar en que desee aplicar.

Para hacer rositas más grandes dé una vuelta entera, apretando sobre la primera y, con boquilla perlé N° 1, coloque un puntito al centro de cada flor o una perlita plateada o dorada.

CAMPANITAS DE GLACE

Ponga glacé muy batido en una manga con boquilla perlé N° 2. Ponga, sobre la torta o pérgola que desea decorar, una raya ondulada verde a todo el contorno, simulando el tallito de una enredadera.

Sobre ésta, haga dos o tres vueltas de argollitas sobrepuestas a 1 cm. de distancia cada una, con el color que desee dar a las florecitas. Al centro de cada campanita, ponga un puntito amarillo, simulando el pistilo de la flor. Para acabar el decorado, ponga 2 hojitas en la base de cada una.

AZUCARADO DE 7 MINUTOS

(BAÑO)

Ingredientes

1 clara de huevo sin
batir
3 /4 taza de azúcar
molida
3 cucharas de agua
fría
1 ½ cucharilla vainilla
1 /4 cucharilla royál

Preparación.- En un recipiente ponga la clara de huevo, el azúcar molida, las 3 cucharas de agua fría y el jugo de limón.

Bata por 7 minutos hasta que esté espeso. Añada la vainilla y bata un momento más. Al final, agregue el polvo de hornear royal, mezcle bien y, con este azucarado, cubra la torta.

Decore con arabescos y flores hechas de pastillaje.

FONDANT MARMOL EN FRIO (REVESTIMIENTO BRASILEÑO DE TORTAS DE MATRIMONIO)

Ingredientes

*6 paquetes azúcar
molida cernida, de
500 gramos cada
uno
2 claras de huevo
1 ¡2 taza agua hervida
Jna
1/2 taza jugo de limón
o 1 cucharada ácido
acético
1 cucharada glicerina*

Preparación.- En un recipiente ponga el azúcar molida cernida con las claras, el agua y el jugo de limón o el ácido acético. Bata con una espátula de madera hasta que el batido quede espumoso. Al final, añada la glicerina y siga batiendo un momento más.

La crema no debe quedar ni corrediza ni muy seca. En caso de que esté muy seca, añada agua caliente, cucharada por cucharada. Si estuviera muy corrediza añada más azúcar molida cernida, hasta darle la textura necesaria.

Cubrir una torta de matrimonio es más fácil y utiliza menos baño, cuando está revestida de antemano con una capa delgada de masa de almendras (ver receta pag. 317).

Prepare el fondant en pequeñas porciones con la receta que indico, para que no sobre mucho y no se eche a perder. Una vez lista y revestida la torta con almendra, empiece a cubrirla con el fondant. Tenga siempre a la mano un recipiente de agua hirviendo y trabaje, a la vez, con dos espátulas alargadas de metal. Mientras trabaja con una, mantenga en el agua la otra, para que siempre esté limpia y caliente. Cambie el agua cada vez que se enfríe.

Cuando está perfectamente cubierta con el baño y muy alisada, marque con una espátula los lugares en que debe decorar. Antes de empezar el decorado, prepare todos los adornos y flores que llevará la torta.

Trate que el decorado sea sobrio y elegante. Con el mismo fondant mármol puede decorar los arabescos. Esta crema es maravillosa, porque no seca dura, aunque se guarde por varios días.

Para confeccionar una torta de matrimonio fina, no debe poner adornos de plástico, tiene más valor si los hace usted personalmente y son más delicados. Trate de idear modelos exclusivos. La confección de una torta es como la de un vestido; si todos los adornos son en serie pierden su valor.

FONDANT H

Ingredientes

1 kilo azúcar
granulada 150 gramos
glucosa en polvo o en
pasta 3/4 de litro agua
(3 tazas)
1 / 2 taza jugo de limón

Preparación.- En una cacerola ponga al fuego fuerte el azúcar con la glucosa y el agua. Deben quedar disueltas completamente antes de que hierva.

Cuando haya tomado punto de hilo fuerte, vierta la preparación en una charola plana. Cuando esté tibia, bátala con cuchara o espátula de madera, en forma circular y añada, poco a poco, el jugo de limón. Cuando empiece a espesar y ponerse blanco el batido, amase con las manos hasta que quede liso.

Para usar el fondant inmediatamente o para guardarlo, póngalo en un recipiente cubierto con plástico por todos lados, para que no se contamine con el aire.

Téngalo en la parte baja del refrigerador.

MERENGUE ITALIANO

Ingredientes

250 gramos azúcar
granulada
2 cucharas glucosa
4 claras de huevo
1 / 2 taza de
agua
2 cucharas azúcar
molida cernida
1/4 cucharilla sal
molida
2 cucharas jugo de
limón o 1 cucharilla
ácido acético

Preparación.- En una olla, ponga el agua con el azúcar y la glucosa. Disuélvala y llévela a fuego lento, hasta que tome punto de bola blanda.

Bata las claras a punto nieve y adhiera el almibar en chorrito, batiendo con una espátula de madera. Añada el jugo de limón. Al final incorpore las 2 cucharas de azúcar molida cernida, para que el batido quede completo y una vez untado el bizcocho con esta crema, se pueda decorar con el resto.

Nota importante.- El batido de las claras requiere un punto exacto, ya sea para merengue de cualquier estilo o para cubrir pasteles o galletas. Se debe batir las claras hasta que formen picos.

BAÑO POMPADOIR DE MIEL DE CAÑA CON CLARAS PARA TORTA

Ingredientes

1 1/4 tazas miel de
caña espesa 1 taza
nueces martajadas o
almendras molidas
cisperas
4 claras de huevo 1
/4 cucharilla sal
molida

Preparación.- Bata las claras con la sal a punto nieve. En un recipiente, caliente la miel de caña y viértala poco a poco sobre las claras, batiendo siempre hasta que forme una crema armadita como glacé. Si lo desea, aumente las nueces o almendras.

Con este baño rellene y bañe cualquier torta, especialmente la torta de penco en capas.

CREMA PARA TORTA DE CHOCOLATE

Ingredientes

1 cucharilla vainilla
2 tazas cocoa amarga
2 tazas azúcar
granulada
1 taza agua o leche
2 cucharas maizena
disuelta en agua
100 gramos
mantequilla con sal

Preparación.- En una olla coloque la leche con la mantequilla y bata junto con la cocoa y el azúcar. Deje dar un hervor y añada la maizena disuelta en agua. Remueva hasta que el preparado quede corredizo y brillante. Al final agregue la vainilla.

Una vez que esté lista la torta, mojada con jugo y rellena con dulce de leche y nueces, vierta la crema sobre la torta y con la espátula esparza incluyendo los contornos. Adorne sobre el baño con gráneas de colores.

BAÑO DE CHOCOLATE

Ingredientes

1/2 taza mantequilla
con sal
2 1/2 tazas azúcar
molida cernida
3 cucharas cocoa
amarga disuelta en
3 cucharas café
caliente, 1/4 taza
leche evaporada o
crema de leche
1 cucharilla vainilla

Preparación.- Bata la mantequilla hasta que quede cremosa, añada la mitad del azúcar y mezcle. Agregue, poco a poco, el chocolate, la vainilla y la crema, batiendo muy bien. Aumente el resto de azúcar hasta obtener el grado de consistencia que permita esparcirlo fácilmente sobre la torta.

Para cubrir el pastel con facilidad, aconsejo tener siempre a mano un recipiente alargado con agua muy caliente, para sumergir en él una espátula y alisar con la crema toda la torta. Recién después decore con arabescos, flores u otros adornos.

CREMA CHANTILLY

Ingredientes

2 tazas crema de
leche
1/2 taza azúcar
molida cernida 1
cuchara coñac 1
cucharilla vainilla

Preparación.- Bata la crema hasta que empiece a espesar. Agregue el azúcar molida cernida, la vainilla y el coñac. Bata unos segundos más. Procure que no se pase el batido, porque no se lo puede componer y empieza a convertirse en mantequilla, al separarse el suero del batido.

A esta crema, puede añadirsele, extracto de café, cocoa disuelta en 2 cucharas de agua fría, colorantes vegetales de diferentes colores, etc.

Puede decorar tortas, pasteles, helados, cassatas, etc.

CREMA DE LECHE CON CLARAS

Ingredientes

1 ;2 litro de crema de
leche
4 claras de huevo
1 taza azúcar molida
cernida
1 cuchara coñac
2 cucharas café
1 cuchara nescafé
disuelto en el café

Preparación.- En un recipiente bata la crema de leche hasta que empiece a espesar. Añada 1/2 taza de azúcar y la cuchara de coñac. Mezcle nuevamente hasta que esté en su punto.

En otro recipiente bata las claras a punto nieve y añada el azúcar, alternando con el nescafé disuelto en el café.

Cuando esté listo el batido, añádale cuchara por cuchara, las claras batidas a la crema de leche, en forma envolvente, cuidando que no se pase el batido.

Este baño es más liviano que el elaborado solo con crema de leche. Con él puede rellenar tortas, pastelitos y tartas o decorar cualquier postre.

RECUBRIMIENTO DE ALMENDRAS PARA TORTAS Y FLORES VARIADAS

Ingredientes

1 kilo almendras
peladas y molidas
sin agua
1 kilo azúcar
granulada, hecha
almíbar
1 1/2 tazas agua
hirviendo
1 cuchara jugo de
limón
Azúcar molida, la
necesaria para
formar una masa
consistente

Preparación.- En una olla ponga el azúcar, cúbrala con la taza y media de agua y disuélvala con una espátula de madera, hasta que quede líquida. Antes de que hierva, añada el jugo de limón y deje hervir hasta que tome punto de bola blanda. Esto se comprueba cuando al poner un poco de almíbar en agua, queda como una gota. Vierta inmediatamente sobre la almendra molida y remueva hasta que se mezcle bien.

Cubra con una capa delgada de esta masa las tortas de matrimonio. Para confeccionar rosas, azahares u otras flores, añada 2 claras de huevo y amase todo junto. En caso de que esté floja aumente azúcar molida, la necesaria para que se pueda trabajar con las manos y se dé con facilidad formas a los pétalos, hojas y muñequitos para adornar tortas.

También puede modelar pollitos, conejitos y las figuras que se desee.

DECORADO CON MANTEQUILLA

Ingredientes

1 paquete mantequilla
con sal (200 gramos)
2 claras de huevo o un
huevo entero
2 paquetes azúcar
molida cernida
1 cucharilla vainilla

Preparación.- Bata la mantequilla, poniendo poco a poco el azúcar cernida, hasta que quede cremosa. Cuando tenga que añadir las claras de huevo, primeramente mézclelas con bastante azúcar y recién añádalas con el batido de mantequilla, para evitar que éste se corte.

Esta crema es apropiada para bañar tortas para niños y se puede decorar muñecos, piscinas, pérgolas, trencitos, casas, muñecas, payasos, animales, etc.

También puede hacer diferentes flores, como: rosas, florecitas chicas y campanitas. Todas para decorar el mismo momento, no debe guardarlas mucho tiempo porque toman mal gusto.

Si desea decorar una torta más grande, preferible que haga la receta varias veces, a fin de que no queden residuos y se echen a perder.

CONTORNOS CON MANTEQUILLA

Ingredientes

*1 receta crema 1
decorador o manga con
boquillas peñe N°1, 2 y 3
Boquillas sierra ancha
y angosta Boquillas con
ranuras 3-4-5 y 6
Boquillas para hacer
diferentes tamaños de
hojas Boquillas para
pétalos de rosas de
diferentes tamaños
Boquillas para hacer
arbolitos para decorar
casitas*

Preparación.- Con esta crema puede revestir toda la torta, con ayuda de una espátula sumergida en un recipiente con agua muy caliente. Una vez lista diseñe la figura que va a decorar y con una espátula hágale unas pequeñas marcas. Mejor si dibuja la idea que tiene, en una lámina. Así es más fácil ejecutar el trabajo.

Cuando desee emplear varios colores, divida la crema en diferentes recipientes y dé a cada uno el color necesario. Para el café emplee cocoa disuelta en cucharadas de agua caliente. Si desea un color café más claro, puede usar extracto de café por gotas, mezclando después de cada adición.

CONTORNOS DE TORTAS.- Con una espátula o cuchillo marque unas rayas verticales a 10 u 8 cms. de distancia, en el contorno de la torta, calculando que todas sean del mismo tamaño. Llene cada espacio con rayas horizontales y verticales, formando cuadraditos parejos. Decore las uniones de las marcas, con florecitas o campanitas como las que indiqué con la crema de glacé. El color del enrejado queda muy bien con la crema de cocoa o café, los tallos de las florecitas, verdes y las flores, celestes, imitando a los "no me olvides", con la boquilla de ranura más chica.

Decore los techos de las casitas con la sierra ancha. Empiece de la parte de abajo con líneas onduladas superpuestas, hasta terminar en la cumbre. Para tapar las uniones que quedan arriba, decore con la sierra más angosta en forma de zig-zag.

Para hacer arbolitos, haga unos conos de cartulina de 8 a 10 cms. de largo por 3 1/2 de ancho, en la base. Con crema de glacé o mantequilla verde, empiece de la parte baja, intercalando las hojas por todo el rededor, hasta terminar en la punta. Si desea añadir frutitos, ponga unos puntos rojos en diferentes lugares. Puede confeccionar éstos con anticipación, para que estén secos el momento de decorar.

Los arabescos se confeccionan con la boquilla perlé N° 1 - 2 ó 3. Son muy apropiados para decorar encajitos para tortas de matrimonio o rellenar lugares vacíos de éstas.

En las páginas siguientes apreciará las distintas boquillas.

FLORES DE PASTILLAJE BRASILEÑO

Ingredientes

2 cucharas rasas
almidón de yuca
(araruta)
5 cucharas agua fría
1 cucharilla ácido
acético
1 cucharilla parajina
en pasta raspada 1
cuchara glicerina
harina de papa, la
necesaria para
formar una masa
suave

Preparación.- En un recipiente o cacerolita pequeña disuelva el almidón con el agua. Añada la parafina raspada y el ácido acético. Mezcle muy bien y ponga al baño "María", hasta que se forme una masa elástica y vidriosa. Remueva constantemente.

Aparte del fuego y vierta la masa en una fuentecita o plato hondo. Amase con la harina de papa, hasta que se desprenda de las manos. Añada la glicerina. Amase nuevamente con harina de papa, hasta que pueda trabajar la masa libremente. Para conservar esta masa, póngala en bolsita de plástico, hasta el momento de formar las florecitas.

La masa blanca sirve para azahares, mugets, cartuchos, etc. Para hacer otras flores, tiña con gotitas de colorante vegetal. Cuando se seca la masa, añada unas gotas de jugo de limón y nuevamente está lista para el trabajo.

MUGETS Y OTRAS FLORES

Parta un pedazo de masa y estírela muy delgada, casi transparente, con un pequeño uslero especial para este fin, en mesa espolvoreada con harina de papa. Corte los pétalos con cortadores especiales y déles forma, con boleadores del tamaño apropiado para cada pétalo.

Para los mugets necesita 5 tamaños de flores, de pequeño a grande. Una vez cortados los pétalos, tápelos inmediatamente con una bolsa de plástico nueva, para que se conserven fresquitos y sean fáciles de bolear.

Ponga una masita en la palma de la mano izquierda y con el boleador apropiado déle forma, presionando suavemente sobre ésta en forma circular. Forme varias masitas antes que se sequen. Atraviese el centro con un pistilo y pegue con un poco de pegamento (carpicola). No conviene pegar con engrudo, porque se remojan las masitas y se rompen. Deje secar, por lo menos, 24 horas para formar los ramitos. Para cada uno necesita, por lo menos, unas 20 a 25 flores.

"NO ME OLVIDES" DE PASTILLAJE BRASILEÑO

Tome un pedazo de masa preparada, tiñala con una gota de tinta azul. Amásela y, si necesita, añádale más harina de papa. Estírela con el uslero en mesa enharinada, hasta que quede casi transparente. Corte varias masitas con el cortador especial. Cúbralas con nylon para que no se sequen. Déles forma con el boleador más chico. Atraviése con un pistilo el centro del petalito y pegúelo con pegamento. Deje que sequen 24 horas, más o menos, y recién forme los ramitos intercalando con hojitas. Con las rositas proceda en la misma forma. Tiña con los colores deseados y una vez estirada la masa, corte con cortadores especiales. Una vez boleados y diseñada la forma, junte 3 pistilos y páselos por el centro del pétalo más pequeño y fije con pegamento. Ensarte el pétalo mediano intercalando los espacios vacíos para que lleguen a cubrirse con los pétalos salidos. Finalmente, ensarte al revés el tercer pétalo; es decir, que los pétalos queden volcados para abajo, para que parezcan las rositas más abiertas.

FLORES DE ALMENDRA

Ingredientes

1 /2 kilo almendras
benianas
1 /2 kilo azúcar molida
cernida o lo que
necesite
2 claras de huevo 1
cuchara coñac 1 /4
taza agua
hirviendo
Colorantes vegetales de
varios colores

Preparación.- Limpie las almendras con cuchillo filo, hasta que queden blancas. Muélalas en batán, tacú o almirez, sin añadir nada de agua. En un recipiente ponga la almendra molida, aumente el azúcar y las claras, luego, el coñac y, poco a poco, el agua. Amase has:a formar una masa algo seca, que se la pueda trabajar con las manos. Colóquela en una bolsa de plástico y saque solamente las porciones que necesita para las hojas. Tiña con 1 gota de tinte vegetal verde y 2 gotas de amarillo si la utiliza para hojas. Las rosas necesitan rojo y amarillo. Debe teñir con cuidado, sin exagerar, dejando caer el tinte por gotas hasta dar el colorido deseado. Tome una masita pequeña, estírela en la palma de la mano izquierda presionando sobre ésta con la mano derecha, hasta formar una lámina muy fina. Luego, dé la forma cóncava y vuelque los contornos del pétalo para atrás. Haga un pellizco en la base y envuelva de derecha a izquierda. Forme el botón y sobre éste, agregue los otros pétalos trabajados como indiqué para el primero, alternando la posición. Para rositas pequeñas necesita 2 filas de pétalo, para más grandes, 3 ó 4 filas, empezando por el botón que tiene que ser el más grande, según el tamaño de la flor. Si desea puede hacer las flores con cabos, para formar ramos para tortas de novia.

ROSAS PORCELANIZADAS

Ingredientes

2 claras de huevo
2 cucharas goma
arábica preparada
2 cucharas jugo de
limón
2 cucharas harina de
papa
azúcar molida
cernida, la
necesaria

Preparación de la masa.- Bata las claras a punto nieve. Aumente poco a poco, el azúcar molida, hasta formar una crema espesa. Mezcle la goma arábica y el jugo de limón, batiendo mucho después de cada adición.

En un recipiente aparte, cierna 2 cucharas de harina de papa, con 2 cucharas de azúcar molida y añada al glacé. Luego, siga amasando con más azúcar molida, hasta que quede una masa que se desprenda de las manos.

Conserve la masa cubriéndola con un paño húmedo en la boca del recipiente, sin que toque a la masa. Si ésta se seca mientras trabaja, humedézcala ligeramente con agua.

MANERA DE HACER ROSAS PORCELANIZADAS

Tiña pedazos de masa, de los colores que necesita para flores y hojas. Haga la base de la flor, formando un cono de masa sobre un clavo, para formar las flores. Moldeé en la palma de la mano una bolita y estírela muy delgada. Enrolle la punta, ligeramente, para atrás. Hágale un pellizco a la parte de la hoja del pétalo y envuelva alrededor del cono, formando el botón. Proceda en la misma forma con los otros pétalos y péguelos con una pizca de agua alrededor de éste. Para una rosa grande, se necesitan 3 a 4 filas de pétalos, alternado con los otros interiores.

Cuando estén completamente secas, retírelas con cuidado del clavo y lije la base y los lados próximos a ésta, con lija N° 1 y 1/2, para afinarlas.

Tenga listos alambres galvanizados de 15 cms. de largo, envueltos con papel crepé verde y doblados como una pequeña argolla a la punta, la que se debe cubrir con un poco de pasta.

Cuando estén secos ambos, ponga las flores volcadas en una charola y con carpicola pegue los tallos de alambre. Deje secar, luego, pegue unas hojitas verdes alrededor de la unión de la rosa con el tallo, simulando el cáliz.

BOQUILLAS PARA DIFERENTES DECORACIONES (Foto: Il. Saloma)

BOQUILLAS PARA DIFERENTES DECORACIONES (Foto: n. saiama)

TORTA JEANNE CARLA (Foto: H. Salami)

DECIMO OCTAVA

SECCION * Tortas y

queques

Ingredientes masa

100 grs. mantequilla
con sal
1 taza azúcar
granulada
1 huevo
1 cucharilla vainilla
1 3/4 tazas harina
blanca
2 1/2 cucharillas
polvo de hornear
royal
1/2 cucharilla sal
2/3 taza de leche
1/2 receta crema
chantilly (1/2 litro
crema leche)

Ingredientes decoración

50 grs. mantequilla
con sal (1/4 paq.)
1/4 taza azúcar
granulada
1/2 kilo frutillas, pina
o duraznos al jugo

Ingredientes

2 claras huevo 1
pizca de sal 1 1/2
tazas azúcar
molida cernida 1
cucharilla rasa
royal
1 cuchara jugo de
limón o
1 cucharilla ácido
acético

TORTA INVERTIDA

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal, hasta que quede cremosa. Añada el huevo, la vainilla y la leche, siempre batiendo y al final, la harina con el royal cernidos. Forme una masa para torta. Deje reposar un momento.

Decoración:

Preparación.- Enmantequille un molde mediano plano, espolvoréelo con el azúcar granulada y coloque estéticamente las frutas que eligió. Vierta sobre éstas la masa preparada, espárzala y ponga a horno moderado, por 30 minutos más o menos.

Una vez fría, voltee la en un plato elegante para llevar a la mesa. Si lo desea, decórela con crema chantilly.

MERENGUE (RECETA BASE)

Preparación.- Bata las claras con la sal a punto nieve, agregue el azúcar y siga batiendo hasta que estén muy espumosas y puedan formar picos. Añada el ácido acético, mezclando muy bien y al final, el royal. Cubra las charolas de horno con papel sábana. Coloque el merengue por cucharillas o con manga a 2 cms. de distancia. Ponga a horno caliente a 250 grados, por espacio de 5 a 7 minutos. Apague el horno y deje en él el merengue durante 20 minutos.

Este mismo merengue sirve para hacer tortas y en ese caso déjelo en horno apagado, 30 a 35 minutos para que quede firme.

Los merengues pequeños se los puede servir solos o rellenos con crema batida y unidos de 2 en 2.

TORTA SALADA CON POLLO, JAMON O ATUN

Ingredientes

4 huevos
3 tazas harina blanca
200 grs. mantequilla
con sal (1 paquete)
1 cucharilla sal 3
cucharillas royal 1 taza
leche 11/2 cucharas
azúcar granulada

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal. Añada las yemas una por una, batiendo siempre y luego las claras batidas a punto nieve. Agregue la harina cernida con el royal, alternando con la leche. Mezcle muy bien y ponga a cocer en una lata plana de 40 por 30 cms., para homo y previamente enmantequillada.

Vacíe todo el contenido de la masa y, con una espátula, esparza parejamente por toda la base.

Ponga a homo moderado por 15 a 20 minutos. Una torta para 20 personas, necesita 2 recetas de masa.

RELLENO DE LA TORTA SALADA

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos o 1
kilo jamón o 5 tarros
atún
1 tarro arvejas en
conserva o 1 1/2 tazas
arvejas Jrescas cocidas
11/2 tazas mayonesa
1 cucharilla pimienta
negra molida 1 cuchara
sal para cocer el pollo
11/2 litros de agua
para cocer el pollo 6
pepinos en escabeche
(picados en
cuadradnos)

Preparación.- Limpie el pollo de grasas y plumitas y quite el almizcle que tiene en la cola. Póngalo a cocer en una olla, con agua y sal, hasta que quede blando. Sáquelo, deshuéselo y píquelo en cuadraditos de 2 por 2 cms. Mézclelo con la mayonesa, la pimienta y los pepinos picados.

Ponga una de las masas sobre una fuente plana, clavetéela por toda la superficie y báñela con la mitad del caldo hirviendo, que debe alcanzar a 1/2 litro; si no tiene esta cantidad, añada agua hirviendo.

Vacíe sobre esta masa el relleno de pollo y cúbrala con la otra masa. Pinche con un tenedor, igual que la primera, y viértale el saldo del caldo.

Presione con la palma de las manos para que se adhiera al relleno.

Ingredientes

COBERTURA PARA TORTA SALADA

Preparación cobertura En una cacerola, ponga a calentar 2 tazas de leche con la sal y la mantequilla. Cuando esté hirviendo, añada la maizena disuelta en 1 taza de leche. Remueva constantemente para que no se formen grumos, ni se pegue a la base de la cacerola. Deje cocer 5 minutos más. Con esta salsa caliente, cubra toda la superficie de la torta, espolvoréele encima el queso raspado. Decore con los huevos duros, las aceitunas, los tomates, el perejil y el pimiento morrón, formando florecitas, etc.

Nota.- Esta torta debe estar fresca al momento de servir. Para rellenar la torta salada con jamón atún proceda de la misma forma que indica la receta anterior.

En este caso, para mojar la torta, disuelva en 1 1/2 litros de agua hirviendo 2 cubitos de caldo concentrado y 1/2 cucharilla de sal.

TORTA DE DURAZNOS DELICIA

Preparación masa.- Bata las claras con la sal, a punto nieve, agregue el azúcar y luego las yemas, siempre batiendo. Cierna la harina con el royal y mezcle con la primera preparación. Mezcle muy bien y vierta la masa en un molde rectangular, enmantecado, de 25 cms. por 30 cms.

Lleve a homo, a temperatura mediana, hasta que la masa esté dorada. Divida el bizcochuelo en 2 partes iguales, báñelas con el jugo de fruta y el coñac. Rellene con la mermelada de frutilla y parte de la crema. Cúbra con la otra parte del bizcochuelo y nuevamente mójelo con jugo y coñac. Luego, decore con la crema de leche batida con el azúcar, haciendo unos arabescos con la boquilla de rositas con 5 ranuras.

Encima ponga volcadas las mitades de duraznos intercalando con tiritas de guindas confitadas.

PASTEL ARABE DE SEMOLA

Ingredientes

3 tazas sémola 1
1/2 tazas nueces
ligeramente
mortajadas 3 tazas
leche 1 1/2 tazas
azúcar granulada 1
taza mantequilla
con sal 3 huevos
3 cucharillas royal 1
cucharilla canela
preparada

Preparación.- En un recipiente ponga la sémola y remójela con la leche. Agregue el azúcar, los huevos y la mantequilla; al final añada las nueces, la canela y el royal. Mezcle muy bien y vierta en un molde de aro, previamente enmantecado. Antes de llevar al homo, deje reposar por unas 2 horas en lugar fresco.

Caliente el homo a 150 grados, ponga el pastel y deje cocer por espacio de 40 minutos. Pruebe si está cocida insertando una paja al centro del pastel: si sale limpia, está listo. Prepare el jarabe con 2 tazas de azúcar granulada, 1 1/2 tazas de agua y 2 rajas de canela. Deje hervir 1/4 hora, parta el pastel en tajadas y sirva, echando sobre cada pedazo una cuchara de jarabe.

PASTEL DEL MOMENTO

Ingredientes

1 paquete pan de
molde sin corteza
2 1/2 tazas de leche
para remojar el pan
1 taza Jugo de
duraznos
1 /2 litro de crema de
leche
1 tarro duraznos al
Ju90
100 gramos azúcar
molida
100 gramos azúcar
granulada
2 cucharillas vainilla
2 cucharas coñac
3 huevos
1 taza de leche
1 1/2 cucharillas
grajeas de color

Preparación.- Enmantequille un molde de aro para torta. En un recipiente, mezcle la leche caliente con el azúcar granulada, la vainilla, el coñac y el jugo de duraznos. En éste jugo moje cada tajada de pan y cubra con una tapa de pan remojado el molde enmantequillado, en toda su base. Encima ponga los duraznos partidos en tiras delgadas. Nuevamente coloque otra capa de pan remojado, luego duraznos y así sucesivamente.

En un recipiente, bata ligeramente los huevos, mézclelos con la taza de leche y las 3 cucharas de azúcar granulada. Vierta sobre el pastel, mueva el molde de un lado a otro para que penetre el batido en toda la masa. Ponga a homo templado, hasta que la preparación quede compacta, durante 1 hora más o menos.

Deje enfriar en el mismo molde. Con un cuchillo de punta pase por los contornos y vacíelo en una fuente. Cubra con la crema de leche batida y endulzada con la 1/2 taza de azúcar molida, haciendo con la manga de boquilla rizada, unos arabescos en toda la superficie. Póngale confitos de color o grageas. Déjelo en el refrigerador por espacio de 3 horas, aproximadamente.

Sirva frío cortado en tajadas como postre de una cena.

Ingredientes

200 grs. mantequilla
con sal
1 / 2 cucharilla sal
3 cucharillas royal
4 huevos
1/2 litro crema de
leche
1/4 cucharilla cáscara
de mandarina
rallada
1 taza azúcar
granulada
1 ¡2 taza azúcar
molida
3 tazas harina blanca
1 1/4 tazas jugo de
mandarina colado
2 mandarinas en
gajos, sin piel ni
semillas

Ingredientes masa

100 gramos
mantequilla con sal
2 1/2 tazas harina
blanca
1 / 4 cucharilla sal
molida
2 cucharillas royal
3 huevos
1 taza jugo de
mandarina
1 taza azúcar
granulada
1 pizca sal

TORTA DE MANDARINA I

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal y las yemas, hasta que quede cremosa. Añada el jugo de mandarina y la cáscara rallada. Al final, agregue la harina cernida con el royal, alternando con las claras batidas a punto nieve. Enmanteque dos moldes redondos iguales y vierta la mitad de masa en cada uno. Haga cocer en horno templado, por espacio de 20 a 25 minutos. Deje enfriar en el mismo molde. Rellene y cubra con crema chantilly. Adorne con gajos de mandarina.

TORTA DE MANDARINA II

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal. Añada uno por uno los huevos, batiendo después de cada adición. Cierna la harina con el royal e incorpórelas al primer batido, alternando con el jugo de mandarina. Enmantequille 2 moldes redondos para torta y vacíe la mitad de la masa en cada uno. Espárzala con una espátula en forma pareja. Hágala cocer en horno moderado (200 grados), por espacio de 18 a 20 minutos. Deje que enfrie.

Preparación baño.- En una ollita lleve al fuego 1 3/4 tazas jugo de mandarina y 3/4 taza de azúcar granulada. Haga hervir por espacio de 6 a 7 minutos.

Vacíe una parte del bizcochuelo en un plato elegante. Mójelos con la mitad del jarabe, luego rellénelos con una parte de la crema de leche batida, endulzada con el azúcar. Tápelos con la otra parte de la masa. Mójela igual que la primera y, con la crema restante, cúbrala por completo. Decórela con la misma crema puesta en una manga. Adorne encima y a los contornos con gajos de tres mandarinas, sin piel ni semillas, espolvoreadas con 2 cucharas de azúcar molida. También queda muy bonita con confititos de color o de chocolate, entre los gajos de mandarina.

En caso que quiera tarta, ponga cada parte de la masa en un plato aparte y decore cada una con la crema de leche y los gajos de mandarina, después de haber mojado previamente las masas con el jarabe de mandarina.

Ingredientes

2 paquetes galletas de champagne
1 paquete gelatina de piña disuelta en 2 tazas de agua caliente
2 cucharas coñac
1 litro crema chantilly
8 rodajas piños ál jugo picadas menudas
Jugo de las piños

Ingredientes

2 paquetes de galletas de champagne
1 tarro Jruta al Jugo (guindas o duraznos)
1 cucharilla vainilla 1
½ taza azúcar molida cernida 1 / 2 taza coñac o 1 taza champagne 1 / 2 litro crema de leche

Ingredientes

3 tazas harina blanca
3 cucharillas royál
4 hueix)s
200 grs. mantequilla con sal (1 paquete)
1 taza leche 1 taza azúcar 1 cucharilla vainilla Gotas colorante comestible verde y rosa

TORTA DE GALLETAS DE CHAMPAGNE CON PINA

Preparación.- Disuelva la gelatina en el agua. Añada el jugo de pina y el coñac. En éste líquido, moje las galletas una por una. Colóquelas en un recipiente (pirex) rectangular, una al lado de otra. Vierta sobre éstas un poco más de jugo. Rellene con crema chantilly y encima, piña picada. Nuevamente coloque otra capa de galletas mojadas, en sentido transversal a la primera capa, luego jugo, crema y piña hasta acabar. La última capa debe ser de crema, adornada con piña y guindas confitadas picadas. Cuando haya terminado, póngala al congelador hasta que quede completamente congelada.

TORTA HELADA DE GALLETAS DE CHAMPAGNE

Preparación.- En un recipiente, mezcle el jugo de la fruta con el licor y moje las galletas de 2 en 2. Con éstas cubra la base de un molde rectangular pyrex, en forma ordenada. Ponga una capa de crema batida con el azúcar y la vainilla, encima las guindas o tiras de durazno y otra capa de galletas, hasta terminar. La última capa debe ser de crema con guindas o duraznos incrustados. Deje en el freezer 3 horas, hasta que se congele. Sirvala como postre en una cena fina.

ARO JASPEADO

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la vainilla. Forme una crema esponjosa. Agregue las yemas, una por una, siempre batiendo. Añada la harina y el royal cernidos, alternando con la leche. Al final, adjunte las claras batidas a punto nieve. Divida la masa en 3 partes.

Deje una de ellas del color natural y tiña las otras, de verde y rosa, respectivamente. Mezcle bien. En un molde de aro coloque, alternando, una cuchara de masa de cada color hasta terminar. Haga cocer en homo moderado (200 grados) por espacio de 35 a 40 minutos. Compruebe que esté cocida por dentro, pinchando con una paja: si sale limpia es que está lista. Deje enfriar y desmolde en una fuente, espolvorée con azúcar molida.

Nota.- Tenga la mantequilla a temperatura ambiente, 1 hora antes, para que el batido quede cremoso. No la caliente al fuego, porque con el calor se corta.

TORTA DE NARANJA O MANDARINA EN CAPAS

Ingredientes masa

2 1/2 tazas harina
blanca cernida 1 taza
maizena 1 1/2 tazas
azúcar granulada
1 taza jugo de naranja
0 mandarina
200 gramos
mantequilla con sal
(1 paquete)
4 huevos
1 /2 cucharilla sal
molida
5 cucharillas royal
1 cuchara cáscara
rallada de naranja o
mandarina
Ingredientes jarabe
2 tazas Jugo de
naranja
1 taza azúcar
granulada
1 taza aguajna
1 cuchara coñac

Ingredientes relleno
2 tarros leche
condensada hervida
a baño "María"
1 1/2 tazas nueces
picadas
1 taza jugo de naranja

Ingredientes cobertura

1 paquete gelatina
royal, sabor de
naranja
1 taza agua caliente y
1 taza aguajna
hervida

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal, hasta que quede cremosa. Añada las yemas, una por una, siempre batiendo; luego el jugo y la cáscara de naranja. Al final agregue las harinas cernidas con el royal, intercalando con las claras batidas a punto nieve.

Enmantequille moldes redondos bajos y, en cada uno, ponga 2/3 taza de masa. Espárzalas y hágalas cocer en horno templado a 200 grados, hasta que se doren ligeramente. Se obtienen 5 a 6 porciones.

JARABE PARA REMOJAR

Preparación.- En una ollita ponga al fuego el jugo de naranja. Disuelva el azúcar en el agua y aumentela al jarabe. Haga hervir por 10 minutos, apártelo del fuego y añada el coñac.

RELLENO

Preparación.- Mezcle la leche con las nueces y el Jugo de naranja. En una tortera o plato de cristal ponga una capa de bizcochuelo, mójelo con parte del jarabe y rellénelo con 3/4 taza de la preparación. Proceda así con todas las capas, hasta terminar el relleno y el jarabe.

COBERTURA FINAL

Preparación.- Disuelva la gelatina en el agua hervida. Añádale el agua fría, mezcle y ponga al refrigerador por 3/4 de hora. Cuando esté a medio cuajar, bata con batidor de alambre hasta que aumente al doble de su volumen y empiece a blanquear.

Con esta gelatina cubra todo el pastel. Decórelo con gajos de naranja o mandarina, extraídas con cuidado sus pieles y semillas.

CREMA PASTELERA DE MANDARINA O NARANJA

Ingredientes

1 taza jugo de naranja
o mandarina 1 taza
leche
1 cuchara
mantequilla
2 yemas de huevo
2 claras batidas a
punto nieve 1 ;2
taza maizena 1
taza azúcar
granulada

Preparación.- En una ollita, ponga al fuego el jugo **de** naranja o mandarina con el azúcar. Cuando empiece a hervir, añada la maizena disuelta en la leche, remueva constantemente hasta que espese y quede vidriosa.

Apártela del fuego, déjela entibiar y recién agregue las yemas batidas y la mantequilla. Al final añada las claras batidas a punto nieve. Cuando enfríe, bátala hasta que quede espumosa.

Con esta crema puede bañar y decorar la torta de naranja la de mandarina u otra torta.

TORTA DE AVENA

Ingredientes

2 1;2 tazas avena
molida
1 taza harina blanca 4
huevos
2 cucharillas royal 1 /2
cucharilla sal
molida
1 ;2 taza miel de caña
espesa 1 taza azúcar
granulada 1/2 paquete
mantequilla con sal 1
taza leche 1;2 litro
crema de leche y 1 taza
azúcar molida
1 tarro cerezas al jugo
2 cucharas coñac

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, la sal y la miel de caña. Aumente las yemas, una por una, batiendo después de cada adición. Agregue la leche.

Mezcle aparte, la harina y la avena con el royal y añádalas a la primera preparación. Al final agregue las claras ijmy batidas y forme una masa blanda.

Enmantegue 3 moldes planos redondos y distribuya en ellos la masa. Ponga a homo regular, hasta que queden doradas. Vacíe para que enfrien.

Escorra el jugo de las cerezas y mézclelo con el coñac. Ponga una masa en una tortera, mójela con una parte de este jugo. Rellénela con una porción de crema de leche batida con el azúcar y la tercera parte de las cerezas, cubra con otra masa y repita el procedimiento hasta terminar las 3 capas.

Al final, decore con la crema restante y las frutas por encima y por los contornos.

BIZCOCHUELO DE LIMON

Ingredientes

2 claras de huevo
2 yemas de huevo
1 taza azúcar entera
3/4 taza agua caliente
2 cucharas jugo de limón
1 cuchara cáscara de limón rallada
1 ; 2 cucharilla sal
2 tazas harina blanca
1 1 / 2 cucharillas royal

Preparación.- Bata las yemas hasta que tomen color claro. Agregúeles poco a poco, el azúcar alternando con el agua, el jugo de limón y la sal. Al final, añada las claras batidas a punto nieve y después la harina cernida con el royal.

Vierta la masa en un molde bajo, enmantecado. Llévela a horno regular por 20 minutos, más o menos. Para que no se baje la torta cubra con un repasador, inmediatamente después de sacar del horno.

TORTA DE MERENGUE

Ingredientes

6 claras de huevo
3 tazas azúcar molida cernida
1 cuchara ácido acético
1 pizca de sal molida
2 cucharillas rasas de royal

Ingredientes relleno

1/2 litro crema de leche (batida con el azúcar molida)
1 tarro de duraznos al jugo
1 ; 2 taza azúcar molida
1 cucharilla de vainilla

Preparación.- Bata las claras, la sal y el azúcar hasta que quede espumoso. Añada el ácido acético, mezcle muy bien y, al final, agregue el royal; bata nuevamente unos minutos más. Coloque el merengue en una manga con boquilla lisa, extiéndalo en las latas cubiertas con papel sábana, empezando por el centro, en forma circular, hasta llenar los 3 moldes.

Caliente el horno a 250 grados. Ponga las charolas con merengue por 7 minutos en horno encendido. Luego apáguelo y déjelo cocer hasta completar 30 a 35 minutos. Saque los merengues y déjelos enfriar para desprender con cuidado el papel de la base.

Ponga uno de ellos en un bonito plato, cúbralo con una parte de la crema y con tiras de durazno. Coloque el otro, procediendo de la misma forma.

Finalmente ponga el tercero y esparza el saldo de la crema por toda la superficie, haciendo arabescos con una manga de boquilla rizada.

Decore con rallas de duraznos al jugo. Esta torta es apropiada para una cena fina.

Ingredientes

100 gramos de
mantequilla con sal 1
taza miel de caña
3 huevos
1 cuchara jugo de
limón
2 tazas harina blanca
1 taza maizena
4 cucharillas rasas
polvo de hornear
royal
1 / 2 cucharilla sal
molida
1 cucharilla canela
preparada 1 taza leche
1 1/2 tazas higos
secos, picados y
enharinados

Ingredientes

1/2 kilo ciruelas
remojadas, sin
semillas 3/4 taza
azúcar granulada 1 / 2
kilo de harina blanca
(4 tazas)
1 taza mantequilla o
margarina
5 cucharas rasas de
azúcar molida
4 cucharillas polvo de
hornear royal 1 y 2
cucharilla sal molida
1 taza del jugo en que
remojaron las
ciruelas
2 huevos
1 cucharilla canela
preparada
1 taza nueces picadas

TORTA DE HIGOS

Preparación.- Bata la mantequilla, la sal, la canela preparada, el jugo de limón y la miel, hasta que quede cremoso. Añada los huevos batidos juntos. En otro recipiente tamice la harina con el polvo de hornear; revuelva en ella los higos picados y mezcle muy bien con la primera preparación, alternando con la leche.

Engrase una lata cuadrada de homo, de 22 cms. Vierta la masa y póngala a homo moderado durante 30 a 35 minutos. Vacíe en una charola y cubra con azucarado de 7 minutos.

QUEQUE DE CIRUELAS

Preparación.- En un recipiente, coloque la harina cernida con el royal, mezcle con la mantequilla, dejando una cuchara de ésta. Frote con la palma de las manos hasta que se formen migas.

En el agua de ciruelas, disuelva el azúcar granulada y la sal. Mezcle con los huevos batidos juntos. Agregue la mezcla a la harina y forme una masa que se pueda trabajar con las manos.

Deje reposar 1/4 de hora. En una mesa enharinada estire pedazos de masa a 1/2 cm. de espesor. Corte con corta-pasta unos circuios de 3 cms. Envuelva en cada masita una ciruela.

Cuando estén todas listas, pase cada bolita por una preparación resultante de la cuchara de mantequilla, mezclada con las nueces picadas y el azúcar molida.

Ponga todas las bolitas en un molde de aro previamente enmantecado. Presione un poco con la mano, para que al cocer quede una torta compacta. En caso que sobren nueces y azúcar, eche todo sobre la masa. Ponga a homo moderado por 40 minutos, más o menos.

Para comprobar si está listo, pinche con una pajita. Si sale limpia está bien. Deje la torta unos minutos más, hasta que esté cocida y no baje.

ROSCA CON PURE DE MANZANA

Ingredientes

200 gramos
mantequilla con sal
1 taza azúcar
granulada
1 /2 cucharilla sal
molida
4 huevos enteros
2 3/4 tazas harina
3 cucharillas royal
1 taza leche
2 tazas puré de
manzana hecho en
casa

Preparación.- Mezcle la mantequilla con el azúcar hasta que esté cremosa. Agregue la sal, luego los huevos, uno por uno, batiendo después de cada adición. Cierna la harina con el royal y viértalos a la crema, alternando con la leche.

Enmantequille un molde de aro y eche la mitad de la masa. Espolvoree con harina y cubra con el puré de manzana en forma pareja, luego, ponga encima el saldo de la masa. Nivele con una espátula y lleve a horno de temperatura regular (250 grados) por espacio de 25 a 30 minutos.

Deje enfriar y luego, desmolde en una fuente redonda. Espolvoree la superficie con azúcar molida.

QUEQUE DE NARANJA Y PLATANO

Ingredientes

4 huevos (separadas
las claras y las
yemas)
1 taza jugo de naranja
3 tazas harina blanca
1 taza plátanos
guineos estrujados
100 gramos
mantequilla (1/2
paquete)
3 cucharillas polvo de
hornear royal 1
cucharilla canela
preparada 1 taza miel
de caña espesa
1 /2 cucharilla sal
molida

Preparación.- Bata la mantequilla con la miel, la sal, la canela y las yemas, agregándolas una por una. Luego, añada el jugo de naranja.

Cierna la harina con el royal y revuelva en ella los plátanos estrujados. Junte con todos los ingredientes y, al final, incorpore las claras batidas a punto nieve. Mezcle muy bien y eche el batido en un molde de aro, previamente enmantecado.

Ponga a horno regular a 250 grados, por espacio de 30 minutos más o menos.

Para servir cuando ya esté frío, vuelque el molde en una fuente plana. Mejor si es de un día para otro.

TORTA HORTENSIA

Ingredientes

6 huevos 2 tazas de
harina
1 taza azúcar
granulada
2 cucharas maizena
3 cucharillas royal 1
cucharilla vainilla
3/4 taza de leche
1 / 4 taza aceite de
comer
1 ;2 cucharilla sal

Preparación.- Bata las yemas con el azúcar y el aceite hasta que estén espumosas. Añada la leche, la vainilla y la harina cernida con el royal. Mezcle muy bien y, al final, agregue las claras batidas a punto nieve.

Enmantequille dos moldes redondos de 30 por 30 cms. y vierta la mitad de la masa en cada uno, emparejando con una espátula.

Ponga al horno a 200 grados, por unos 15 minutos. Saque, deje enfriar y bañe con jugo de fruta para que esté muy mojada.

Rellene y cubra con 1/2 litro de crema de leche batida con 1 cucharita de extracto de café y 1/2 taza de azúcar molida.

TORTA DE GALLETAS RECTANGULARES

(BERTITA)

Ingredientes

4 paquetes galletas
rectangulares
1 1/2 tazas azúcar
granulada
1 paquete mantequilla
con sal (200 gramos)
1 1/2 litros de leche
1 raja canela
3 cucharas nescafé
2 cucharas vainilla
4 yemas de huevo
1 / 2 kilo azúcar molida
cernida

Preparación.- En una cacerola ponga a hervir la leche con la canela, el azúcar granulada y la vainilla. En esta mezcla remoje las galletas y luego cubra con ella la base de un recipiente plano con borde, en forma ordenada.

En otro recipiente bata la mantequilla con el azúcar molida, las yemas y el nescafé hasta que quede cremosa. Con esta crema pase una capa sobre las galletas, ponga otra capa de galletas cruzadas sobre la primera. Siga así hasta terminar con toda la preparación.

Separe una cantidad de crema para decorar. Póngala en una manga y forme arabescos. Adorne con guindas confitadas en tajaditas.

BIZCOCHUELO CON CAFE Y BAÑO MOKA

Ingredientes

2 tazas harina blanca
1 1/2 cucharillas
royal
1 pizca sal 1 cuchara
sopera extracto de café
3/4 taza azúcar
granulada
3 yemas y 1 huevo
entero
100 gramos
mantequilla con sal
(1/2 paquete)
1 1/2 taza leche
Ingredientes relleno

1/2 paquete gelatina
royal (sabor de pina)
1 1/2 tazas agua
hervida caliente,
para disolver
gelatina
1 cuchara coñac
200 gramos
mantequilla (1
paquete)
250 gramos azúcar en
polvo
2 cucharas esencia de
café
120 gramos almendras
o nueces en escama
1 huevo entero o 2
claras solas

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal. Adjunte las yemas una por una y, al final, el huevo entero y el café, siempre batiendo.

Cierna la harina con el royal y agréguele el batido anterior, intercalando con la leche. En esta última etapa bata ligeramente.

Póngalos en dos moldes redondos de 17 cms. de diámetro, previamente enmantequillados, a horno moderado, por espacio de 25 a 30 minutos.

Déjelos enfriar en una bandeja plana. Esta receta alcanza para 20 porciones

RELLENO Y DECORACION

Preparación.- Bata la mantequilla hasta que quede cremosa. Añada poco a poco el azúcar, intercalando con el extracto de café y las claras, siempre batiendo.

Una los bizcochuelos después de haberlos mojado con la gelatina disuelta en el agua y mezclada con el coñac. Ponga entre ambos una cuarta parte de la crema moka y, con el resto, recubra los lados y la parte superior del pastel.

Ponga las almendras o nueces en un papel impermeable y revista con ellas los lados del pastel.

Decore la torta con un ramito de flores o simplemente haciéndole arabescos.

TORTA OTOÑAL

Ingredientes

3 tazas harina blanca
2 cucharillas royal 100
gramos
mantequilla con sal
(1/2 paquete)
3 cucharas mermelada
de guindas
1 taza leche 1 /2 taza
azúcar granulada 3
huevos
1 /4 cucharilla sal
molida
1 cucharilla vainilla

Ingredientes relleno

1 paquete mantequilla
con sal (200 gramos)
3 1/2 tazas azúcar
molida
1 huevo entero
1 cucharilla vainilla
1 tarro leche
condensada, hervida
a baño "María"
2/3 taza nueces o
almendras picadas
1/2 paquete gelatina
de guindas
1 1/2 tazas agua
hirviendo
6 guindas picadas en
gajos
6 perlas plateadas

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal, hasta que esté cremosa. Adjunte las yemas una por una, la mermelada de guindas y al final, la leche y las claras batidas a punto nieve, alternando con el royal y la harina cernida.

Vierta la mezcla en un molde rectangular de 20 a 25 cm., previamente enmantecado.

Haga cocer en horno a temperatura regular, por espacio de 20 minutos. Cuando esté listo, vuélvelo sobre una bandeja, para que enfrie.

Divida en 2 partes en forma horizontal.

Ponga una parte en una charola y báñela con la mitad del jugo y la gelatina. Rellénela con leche condensada y nueces cúbrala con la otra mitad. Moje con el saldo de gelatina y unte toda la superficie de la torta con crema.

Decore con gajos de guindas, como flores, con una perlita plateada al centro.

RELLENO Y DECORACION

Preparación.- Bata la mantequilla y parte del azúcar, hasta que quede cremosa. Añada el huevo, alternando con el resto del

TORTA DE NARANJA

azúcar y la vainilla.

Ingredientes

TORTA OTOÑAL

BAÑO Y COBERTURA

Ingredientes

2 tazas harina blanca
1 cucharilla royal
1 /4 cucharilla
sal
100 grs. mantequilla
(1/2 paquete)
2 huevos ligeramente
batidos
2/3 taza azúcar
granulada
3/4 taza jugo de
naranja
1 cuchara cáscara de
naranja raspada
Ingredientes relleno
1 paquete mantequilla
con sal (200 gramos)
2 1/2 tazas azúcar
molida
1 1/2 taza jugo de
naranja
1 1/2 paquete gelatina
de naranja
1 1/2 tazas agua para
disolver gelatina

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar, hasta conseguir una crema esponjosa. Añada el jugo de naranja y los huevos, uno por uno.

Cierna la harina con el royal, agregue la raspadura de cáscara de naranja y mezcle con la primera preparación, batiendo todo ligeramente.

Enmantequille 2 moldes redondos de 25 cms. de diámetro. Vierta en cada uno, la mitad de la masa. Empareje y lleve a horno regular (200 grados) por 15 minutos.

Cuando estén listos, deje enfriar en una tortera o fuente de cristal.

Disuelva la gelatina en el agua hirviendo y remoje una de las masas de bizcochuelo en la mitad de este líquido.

Rellene con parte del azucarado de naranja y mantequilla. Cubra con la otra masa. Mójela, igual que la primera, con el resto de la gelatina.

Luego, con la espátula, unte la crema de mantequilla y naranja, alísela y, con el decorador, haga una rejilla en todo el contorno. Al centro ponga un ramito de 3 flores.

Nota.- Para la cobertura de mantequilla, sumerja la espátula en un recipiente de agua hirviendo y trabaje con ella.

TORTA REAL INGLESA DE FRUTAS

(ESPECIAL PARA MATRIMONIO)

Ingredientes

- 2 tarros puré de manzanas (5 tazas)
- 1 1/2 tarros azúcar granulada (3 3/4 tazas)
- 4 yemas y 1 huevo entero
- 1 cucharilla sal molida
- 4 tarros harina cernida (10 tazas)
- 3 cucharillas bicarbonato
- 2 cucharillas canela preparada
- 1/2 taza coñac
- 1/2 taza extracto de café
- 1 /2 paquete mantequilla con sal (100 gramos)
- 2 1/2 tarros nueces peladas enteras (6 3/4 tazas)
- 1 tarro pasas de uva sin pepa, mezcladas negras y blancas (2 1/2 tazas)
- 1 tarro fruta abrillantada picada menuda (2 1/2 tazas)

Preparación.- En un recipiente ponga el puré de manzanas, añada el azúcar, la sal, los huevos, el bicarbonato cernido, la canela preparada, el café, el coñac y la mantequilla derretida. Bata muy bien después de cada adición.

Cierna la harina y mézclela con las nueces, las pasas y las frutas abrillantadas. Añada todo esto a la primera preparación. Bata con una cuchara de palo, hasta que esté todo completamente entreverado.

En el mismo recipiente, divida la masa en cuatro porciones. Ponga cada una en una lata de 30 por 40 cms. previamente enmantecada. Extienda las masas en forma pareja, para que al cocer no se desnivelen. Lleve a homo moderado (250 grados) por 25 o 30 minutos. Una vez cocidas todas, vacíelas en una tabla, hasta que enfrien y recién arme la torta que tiene pensada.

Aquí proporciono 4 recetas juntas, pero si la torta que ideó es más grande, haga todas las recetas que vea conveniente. Una vez armada la primera capa de la torta, rocíela por toda la superficie con un buen coñac o un singani de primera clase. Luego tenga listo un hervido de frutas, puede ser de 1/2 kilo de guindas secas y 4 litros de agua, más 4 tazas azúcar granulada. Con este jugo moje la torta para que quede húmeda y blanda. Cubra con la otra parte de la masa y proceda igual que con la primera.

Cuando esté bien formada y aireada, cúbrala con recubrimiento de almendras (Pag. 317). Este decorado le da más categoría y finura y además, el baño final resulta más delgado. Nuevamente déjela orear, de un día para otro.

Como verá, esta torta no necesita relleno alguno porque la masa lleva cantidad de frutas y la harina necesaria para unir los ingredientes. Haga el recubrimiento y el decorado con baño mármol (Ver Fondat mármol en frío pág. 313), que es el más indicado, porque al secar no se pone duro ni se quebraja.

Esta torta se la puede guardar en el congelador hasta el primer aniversario de matrimonio, en cambio, si la cubre con otra crema puede descomponerse al contacto con el aire, en pocas horas.

Las flores y encajes de tul debe confeccionar con anticipación, para que no se rompan. Antes de empezar a preparar una torta debe tener, en primer lugar, los ingredientes listos, luego los adornos y las boquillas necesarias para el trabajo.

Para decorar necesita solamente 3 boquillas que son: perlé Nº 1 para los encajes, perlé Nº 2 para el decorado de la torta misma y una de 5 ranuras para los contornos.

Las tortas de matrimonio deben ser muy delicadas: cuanto más sobrias, son más elegantes.

Ingredientes masa

2 1/2 tazas puré de manzana
1 1/2 tazas azúcar granulada
2 1/2 tazas nueces peladas enteras
2 tazas ciruelas picadas
1 cucharilla canela preparada
1 cucharilla bicarbonato de soda
1 /2 cucharilla sal molida
1 cuchara coñac
1 /4 taza extracto de café
1 cucharilla vainilla
50 gramos mantequilla con sal (1/4 paquete)
1 cuchara manteca
1 huevo entero
1 yema

TORTA SANDRA

PREPARACION.- Limpie las nueces de cáscaras y deseche las que se encuentran en mal estado. Pique las ciruelas, extrayendo las pepas. Mida nueces y ciruelas cuando estén limpias.

En un recipiente, vacíe el puré de manzana, el azúcar, la sal y la canela preparada, la mantequilla, la manteca derretida, el huevo, la yema, el bicarbonato, la vainilla, el extracto de café y el coñac, mezclando muy bien después de cada adición.

Cierna la harina y en ésta, revuelva nueces y ciruelas. Mezcle con la primera preparación, formando una masa que se ligue fácilmente. Enmantegue una lata de homo de 40 por 30 cms. En ella, esparza la masa en forma pareja. Haga cocer a homo moderado, por 25 a 30 minutos.

Esta masa es para una torta pequeña de 25 raciones. Si desea hacer una más grande, debe multiplicar los ingredientes para la cantidad de personas que necesita y hacer varias recetas hasta completar lo necesario.

Ingredientes

3 tazas harina blanca
1 1/2 tazas cocoa sin
azúcar 1
taza azúcar
granulada
1/2 paq. mantequilla
con sal (100 grs.)
1 taza leche
4 huevos

1/2 cucharilla sal 3
cucharillas royal

Ingredientes relleno y baño

1 tarro leche
condensada cocida
1 1/2 tazas nueces
machacadas 1/2 lt.
crema de leche 1/2
taza azúcar en polvo
1 cucharilla vainilla
2 tazas jugo de frutas
para mojar la torta

TORTA DE CHOCOLATE 'XA NEGRA'

RELLENO Y BAÑO

Preparación.- Bata el azúcar con la mantequilla y la sal, añada la cocoa, luego las yemas, una por una. Agregue la leche y la harina cernida con el royal. Mezcle muy bien. Al final, aumente las claras batidas a punto nieve. Vacíe en un molde rectangular de 30 por 40 cms., lleve a horno regular por 20 a 25 minutos.

Cuando esté lista, pártala por la mitad. Moje una de las mitades con jugo de fruta y rocíela con coñac. Rellénela con leche condensada y nueces. Tápela con la otra mitad y mójela igual que la primera mitad. Báñela con 1/2 litro de crema batida, endulzada con 1/2 taza de azúcar molida y 1 cucharilla de vainilla. Con una espátula cubra, toda la superficie y decore formando arabescos con boquilla rizada.

TORTA DE NUECES, DATILES O CIRUELAS

Ingredientes

7 huevos
1 taza azúcar
granulada
1 1/2 tazas harina
blanca
1/2 taza maizena o
harina de papa
1 taza nueces picadas
2 cucharas extracto
café
1 cucharilla canela
preparada
1 cucharilla royal
1/2 cucharilla
bicarbonato de sodio
1/2 cucharilla sal

Preparación.- Bata las claras con la sal, hasta que queden esponjosas. Añada el azúcar, el café y las yemas. Siga batiendo por unos minutos más, hasta que el azúcar granulada se disuelva completamente. Agregue las harinas cernidas con el royal y el bicarbonato, mezcladas con las nueces, dátiles o ciruelas picadas. Vierta en una lata de horno de 30 x 40 cm., previamente enmantecada. Hornee por 20 a 25 minutos en horno templado. Cuando esté lista, déjela enfriar y divídala en partes iguales.

Moje cada parte con gelatina de piña, disuelta en 2 tazas de agua caliente, rellene y decore con crema de leche batida, 1 cucharilla vainilla, 1/2 taza azúcar molida cernida y 1 cucharita coñac. Si desea, darle gusto a moka, al batir añada a la crema dos cucharas de extracto de café muy fuerte.

TORTA LA ZARINA

Ingredientes

7 huevos
1 1/2 tazas harina 1
/2 taza maizena o
harina de papa 1 taza
azúcar granulada 1
cucharilla vainilla 1
cucharilla royal 1 /2
cucharilla sal molida
1/2 cucharilla
bicarbonato de sodio
Relleno:
1 litro crema de leche
3/4 taza azúcar
molida cernida
1 tarro duraznos o
pina al jugo
2 cucharas coñac

Preparación.- Bata las claras con la sal a punto nieve. Agregue la vainilla, el azúcar y las yemas; luego, las harinas cernidas con el royal y el bicarbonato. Mezcle muy bien para que no queden grumos.

Vierta la preparación en dos moldes redondos planos de 25 cms. de diámetro, algo planos, previamente enmantecados. Hornee por 25 a 30 minutos a homo regular.

Déjelos enfriar y mójelos con el jugo de fruta mezclado con el coñac.

Rellene y decore con la crema batida y gajos de duraznos o pina picada.

TORTA DE ZANAHORIA

Ingredientes

2 tazas azúcar
granulada
1 1/2 tazas aceite
4 tazas harina blanca
3 tazas zanahoria
raspada Jiña
1 taza nueces picadas
8 huevos
2 cucharillas
bicarbonato de sodio
2 cucharillas royal
1 cucharilla sal
molida
2 cucharillas canela
preparada
2 cucharillas vainilla

Preparación.- Bata el azúcar con el aceite, la sal, la canela preparada, la vainilla y las yemas, (agregadas una por una), batiendo después de cada adición; luego la zanahoria y el bicarbonato. Mezcle mucho hasta que quede espumosa.

Añada la harina cernida con el royal mezclado con las nueces, al final, las claras batidas a punto nieve.

Vacíe la preparación en un molde de aro, engrasado. Lleve a homo regular por una hora, hasta que quede dorada.

Esta torta puede hacerla en capas, poniendo la masa en 3 moldes redondos, planos y engrasados. Déjelos cocer en el homo solamente 20 minutos. Vacíe en un plato o tortera, bañando cada capa con jarabe de naranja y mandarina.

Rellene y decore con crema chantilly y gajos de naranja o mandarina, sin piel ni semillas.

Ingredientes

1 1/2 tazas harina
blanca
1 /2 taza
maizena
2 1/2 cucharillas
royal
1/2 cucharilla sal 3/4
taza azúcar granulada
1/2 taza aceite de
cocina 4 huevos
6 cucharas agua fría 1
/4 cucharilla crémor
tártaro

Ingredientes

3 claras de huevo
1 3/4 tazas harina
1/2 taza coco rallado 1
cucharilla royal 1/8
cucharilla sal 100
gramos mantequilla
con sal 1 ;2 taza
azúcar granulada

Ingredientes

2 tazas harina blanca
2 cucharillas polvo de
hornear royal
3 yemas y 1 huevo
entero
1/2 taza azúcar
granulada 1 cucharilla
vainilla 1/8 cucharilla
sal 1/2 paquete
mantequilla con sal
(100 gramos)
1/2 taza leche
evaporada o fresca

TORTA CHIFON

Preparación.- Bata el aceite con el azúcar, la sal y las yemas. Añada poco a poco el agua fría, siempre batiendo. Aumente las harinas cernidas con el royal, alternando con las claras y el crémor tártaro, batidos a punto nieve, hasta que formen picos muy firmes. Revuelva con una cuchara de palo hasta que todo quede unido. Viértalo en dos moldes redondos de 25 cms., ligeramente engrasados. Hornee por 25 a 30 minutos en horno moderado.

Cubra y decore con baño de chocolate. Ver pág. 315

TORTA DE PLATA

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar y la sal hasta que quede cremosa. Agregue la leche, luego la harina cernida con el royal y mezclada con el coco rallado, alternando con las claras batidas a punto nieve.

Vierta la preparación en 2 platos de 25 cms. de diámetro, previamente enmantecados. Hornee en horno templado por 25 a 30 minutos.

Cuando estén listos, rellene con budín de caramelo. Decore con fondant o glacé y florecitas de pastillaje brasileño.

TORTA DE ORO

Preparación.- Bata la mantequilla con el azúcar hasta que quede cremosa, agregue las yemas, una por una, el huevo entero y la vainilla, sin dejar de batir después de cada adición. Al final ponga la harina cernida con el royal, alternando con la leche.

Homée en horno templado, por 20 a 25 minutos en 2 moldes planos de 25 cms., previamente enmantecados.

Una vez listos ponga en una tortera, rellene con dulce de leche y almendra molida. Bañe y decore con crema moka.

CANELONES - Pag. 356 (Foto: E. Garafuic)

DECIMONOVENA SECCION

*** Comidas, masas y dulces
Europeos**

ADOBO CROATA PARA PESCADOS

Ingredientes

1/2 litro aceite 3/4
litro vinagre de uva
3/4 litro agua 4
cucharas azúcar
granulada 6 dientes
de ajo picado Jino 4
hojas laurel 10
granos pimienta
blanca
1 ramita de romero 1
cuchara sal molida
cáscara de limón

O AVES AL HORNO (MARINADA)

Preparación.- Haga hervir todos los ingredientes por minutos. Retírelos del fuego hasta que enfrie.

Puede cubrir diferentes pescados fritos, mariscos o homo o guardarlo en el refrigerador, en un frasco, por unos días para usarlo el momento deseado.

CAZUELA CROATA DE POROTOS

Y SALCHICHAS

Ingredientes

1/2 kilo de porotos 1
1/2 kilo salchichas
españolas
1 kilo carne de costilla
de res cortada en 6
pedazos 1/4 kilo
papas peladas y
picadas en dados 1/2
taza arroz de grano
largo o 1 taza
macarrón grande 1
taza cebolla licuada 1
taza tomate licuado 1
cuchara perejil
1 cuchara sal 3 litros
agua
2 dientes ajo picado o
licuado
1 cucharilla pimienta
negra molida

Preparación.- Limpie los porotos y remójelos día antes, cubiertos con agua tibia. Cocínelos con el agua en que remojaron, añadiendo 1 1/2 litros más de agua. Cuando estén a punto de dar un hervor, ponga la carne, la cebolla, el tomate, la pimienta, el ajo y la sal.

Deje cocer hasta que los porotos y la carne estén blandos. Si lo necesitara, añada más agua. Demora en cocer 2 a 2 1/2 horas en olla corriente y 1 hora en olla de presión.

Cuando estén suaves aumente las salchichas partidas en 3 pedazos y las papas picadas. Deje cocer unos 5 minutos más. Luego añada el arroz o el macarrón. Déjelo cocer, esta vez a fuego lento hasta que el arroz esté cocido pero entero o el macarrón quede suave.

Sirva en platos hondos con un pedazo de carne y 2 pedazos de chorizo. Este plato es único por ser sustancioso.

CANELONES

(10 Porciones)

Ingredientes masa

10 huevos
2 1/2 tazas harina
blanca
1 1/2 tazas sémola
1 cucharilla sal molida
Otra taza harina para
espolvorear masa

Preparación.- Mezcle la harina y la sémola. Añada los huevos con la sal. Amase con las manos hasta formar una masa algo seca. Divídala en porciones pequeñas y cúbralas con bastante harina.

Páse las porciones de masa la máquina de elaborar fideos. Empiece por el espacio más ancho, doblándola unas 3 veces para que se amase mejor y recién estírela, graduando hasta que quede muy delgada. Pase siempre, con harina, toda la superficie de las láminas, para que no se peguen.

Cuando estén listas, colóquelas en orden, una sobre otra y córtelas del tamaño de 10 cms. cada una, con un cuchillo filo. Sepárelas inmediatamente, colocándolas en una fuente espolvoreada con harina. Hágalas cocer en una olla grande, en 3 1/2 litros de agua hirviendo con 1 1/2 cucharas de sal molida y 2 cucharas de aceite.

Ponga solamente 10 masas a la vez. Cuando suban a la superficie, sáquelas con una coladera y vacíelas en un recipiente con agua fría. Inmediatamente ponga a cocer otras.

Extiéndalas sobre una fuente grande o mesa de cocina para rellenarlas con el siguiente:

RELLENO

Ingredientes relleno

1 1/2 kilos espinaca o
acelga cocida con
agua y sal al gusto
1 kilo jamón o
mortadela
1 litro leche
1 1/4 tazas maizena
1 1/2 cucharillas sal
molida
2 cucharas
mantequilla con sal

Preparación del relleno.- Escurre la acelga o espinaca cocida y licúela poco a poco. En una cacerola ponga a hervir la mitad de la leche, con la mantequilla y la sal. En la otra mitad, disuelva la maizena y viértala en la leche hirviendo. Remueva constantemente hasta que espese y luego, mezcle con la espinaca licuada y el jamón picado en cuadraditos de 1 1/2 cms.

Al centro de cada masa, ponga una cucharilla repleta del relleno y envuelva en forma cilíndrica, empezando por el borde. Coloque los canelones en un pirex o fuente de homo en fila, uno junto a otro y cubra con el siguiente jugo o salsa.

Ingredientes salsa

- 1 peceto de 2 kilos o un pollo del mismo peso
- 1 taza vino tinto áspero
- 1 /2 taza tocino picado en bastoncitos
- 2 tazas cebolla y 2 de tomate licuados
- 3 tazas agua
- 1 manzana acida raspada
- 12 ciruelas
- 1 cuchara perejil picado
- 1 cuchara sal molida
- 2 cucharas albahaca picada
- 1 tarro salsa de tomate
- 1 /2 taza aceite
- 1 cucharilla pimienta molida
- 2 dientes de ajo picados
- 1/4 cucharilla nuez moscada rallada
- 2 tazas queso parmesano raspado fino

Ingredientes

- 1 kilo bacalao
- 1 1/2 litros agua
- 2 kilos papas peladas y cortadas en rodajas
- 1 taza aceite
- 1 1/2 cucharas pimienta molida
- 1 1/2 cucharas perejil picado fino
- 2 cucharas ajo picado fino

SALSA DE CANELONES

Preparación.- Con un cuchillo de punta, pinche el peceto por todas partes e inserte los pedazos de tocino. En una sartén, caliente el aceite y dore la carne completamente. Luego póngala en una olla de presión, con todos los condimentos e ingredientes arriba indicados, menos las ciruelas que se añaden cuando la carne ya está cocida. La cocción en olla a presión demora de 3/4 a una hora de tiempo y no pierde líquido, mientras que en olla corriente, demora por lo menos 2 a 2 1/2 horas y hay que añadir agua varias veces, porque el jugo se seca. Al final, debe quedar 1 1/4 litros de este jugo, por lo menos.

Cuando la carne esté suave y el jugo espeso, córtela en rodajas finas, colóquelas estéticamente sobre la fuente de canelones, cúbralas con parte del jugo y espolvoréelas con el queso parmesano raspado.

Cuando prepare esta salsa con pollo, divídalo en 10 pedazos, eliminando los huesos del tórax y de la espalda. Ponga las presas en una cacerola y agregue todos los ingredientes y condimentos, como en la receta anterior. Déjelas cocer hasta que espese el jugo y el pollo quede suave. Debe poner las ciruelas 10 minutos antes de servir.

BACALAO A LA CROATA

Preparación.- La noche anterior, remoje el bacalao. Sáquele la piel y las espinas. Píquelos en cuadrados de 3 cms., más o menos y en una cacerola, hágalo cocer con las papas cubiertos con agua. Pruebe la sal del bacalao y en caso de que necesite algo más, añada al gusto. Si al probar lo encuentra salado, lávelo en unas 2 aguas antes de cocinarlo, para que se quite el exceso de sal.

Cuando las papas empiecen a deshacerse como puré y el bacalao esté suave, apártelos del fuego y cuélelos en una fuente. No debe deschar el caldo en que coció el bacalao. Añada los ajos, el perejil, la pimienta y el aceite y bátala con una cuchara de palo hasta que quede blanco y lechoso. Si está muy seco añada, poco a poco, el mismo caldo del bacalao.

Ingredientes

1 conejo o pato de
1800 gramos más o
menos
1 1/2 tazas vinagre de
uva
1 taza aceite
2 1/2 cucharas azúcar
granulada
2 hojas de laurel 1
cuchara perejil picado
1 cucharilla pimienta
molida 1 cuchara sal 1
taza cebolla picada en
rodajas Jinas 1 1/2
tazas de zanahorias
picadas en rodajas
Jinas 1 1/2 tazas agua

Ingredientes

1 peceto (witu) de 1
1/2 kilos
200 gramos tocino
ahumado
1/2 taza hongos secos
lavados, remojados y
licuados
1 /2 taza aceite
2 tazas cebolla picada
o licuada
2 tazas tomate pelado
y licuado 2 litros agua
1 tarro salsa de tomate
1 cuchara sal molida 1
cuchara perejil picado
1 cucharilla pimienta
molida
2 hojas de laurel
1 taza vino tinto seco

DULCE GARVO DE PATO, CONEJO, LIEBRE O PERDIZ

Preparación.- Limpie bien la carne elegida. Divida la presa que va a guisar en porciones parejas, para unas 6 raciones.

En un recipiente mezcle el vinagre con el azúcar disuelta en un poco de agua. Remoje en este preparado las presas, toda la noche. Al día siguiente sáquelas y trialas en parte del aceite, hasta que queden doradas.

Ponga a cocer las presas en una cacerola, cubiertas con agua y el vinagre en que remojaron. Agregue la cebolla dorada en el resto del aceite, hojas de laurel, perejil, pimienta, rallas de zanahoria y sal hasta que la carne quede blanda. Si el líquido se seca antes de que cueza la carne, añada agua, la necesaria para que cuando estén listas siempre quede el jugo en 2 tazas.

Una vez listas, saque las presas en una fuente, cuele la salsa, vierta una parte sobre las carnes y coloque otra en una salsera.

JUGO PARA ÑOQUIS, CANELONES, RAVIOLES

O TALLARINES

Preparación.- Una vez lavado el peceto, colóquelo sobre una tabla de cocina y, con un cuchillo filo de punta, haga unas incisiones profundas en todo el contorno de la carne. Corte el tocino en bastoncitos de 3 cms., más o menos e introdúzcalos en la carne. Caliente el aceite en una sartén y fría el peceto por todos lados, luego colóquelo en una cacerola plana, para que entre entero o en 2 pedazos.

En el aceite en que frió la carne, dore la cebolla y auméntele todos los ingredientes indicados. Deje cocer hasta que la carne quede tierna, dando vueltas de rato en rato, para que no se pegue a la base de la olla. Cada vez que falte líquido agregue una taza de agua. Cuando la carne esté tierna, córtela en rodajas delgadas. El jugo debe quedar en 1 litro, más o menos. Sirva los ñoquis en una fuente y cubra con el jugo, ponga encima las rodajas de carne. Esparza con queso palmesano raspado.

RAVIOLES VERDES CON RICOTA O REQUESON

Ingredientes

3 huevos enteros 1
cucharilla sal 1 1/2
tazas sémola 1 1/2
tazas espinaca
lavada y licuada
4 1/2 tazas harina
blanca

Preparación.- En un recipiente cierna la harina. Añada la sémola. Mezcle con la espinaca muy licuada, la sal y los huevos hasta formar una masa algo seca. Debe medir la espinaca después de licuada. En caso que la masa quede algo suelta, añada un poco más de harina. Esto depende de los huevos: si son grandes y frescos necesitan más harina y si son más pequeños, quedan bien con las cantidades indicadas.

Cuando la masa esté lista, pártala en pedazos. Páselos con harina y estírelos con la máquina de elaborar fideos. Primero unas 2 veces para mezclar mejor y luego graduando hasta que las masas queden delgadas.

Cada vez que estire las masas más delgadas, pase con harina sobre las láminas de masa. Póngalas una encima de otra. Córte las del tamaño del molde y colóquelas sobre la mesa. Con el rodillo marque los lugares en que debe formar los ravioles y rellene cada masita con 1/2 cucharilla de uno de los rellenos que a continuación detallo. Cuando estén rellenas, cúbralas con otra masita del mismo tamaño y pase sobre ésta el rodillo, ya sobre el molde, para que se corten como empanaditas y se separen unas de otras.

Una vez listas todas, se ponen en una olla con 3 litros de agua hirviendo con 2 cubitos de carne concentrada, 1 cuchara de aceite y 1 cuchara de sal. Deben cocer unos 3 minutos. Después de que suban a la superficie, sáquelos, escurra y coloque en una fuente. Sirva con el mismo jugo que se prepara para canelones o tallarines. Espolvorée los ravioles con queso parmesano raspado.

Ingredientes

3/4 kilo requesón
(ricota)
4 huevos
100 gramos queso
rallado
3 cucharas aceite
150 gramos jamón
molido
1 diente de ajo picado
1 cuchara orégano
desmenuzado
2 cucharas pan molido
1 cucharilla sal molida
1/2 cucharilla nuez
moscada raspada

RELLENO PARA RAVIOLES I

Preparación.- Coloque el aceite en una sartén. Cuando esté caliente agregue el ajo, el orégano, el perejil. Hágalos dorar ligeramente. En un recipiente deshaga el requesón con un tenedor, añada el queso raspado, el jamón, los huevos, el pan molido y demás ingredientes. Mezcle muy bien y rellene los ravioles.

Ingredientes

1/2 kilo requesón
(ricota)
1/4 kilo chorizos
españoles pelados y
picados finos
1 seso de ternera
2 dientes de ajo
1 taza cebolla picada
2 cucharas mantequilla
con sal
1 / 4 taza aceite
1 cucharita perejil
4 cucharas queso
rallado
2 cucharas pan molido
3 huevos
1 cucharilla sal
1 / 2 cucharilla nuez
moscada raspada

Ingredientes

200 gramos jamón
molido fino (1 1/2
tazas)
200 gramos lomo de
cerdo molido.
2 cucharas pan rallado
1 / 2 kilo
espinacas
4 cucharas queso
raspado
2 pechugas de pollo 1
taza cebolla picada 1
/ 4 taza aceite
1 cucharita
mantequilla con sal 4
huevos 1 cucharilla sal
1 cucharilla pimienta 1
cucharita perejil picado
1 cucharilla nuez
moscada raspada

RELLENO PARA RAVIOLES H

Preparación.- Limpie el seso. Lávelo en varias aguas. Saque la piel que lo cubre y las venas rojas. Hágalo cocer en agua con sal, cortado en tajadas delgadas.

En una sartén dore la cebolla picada fina con el aceite y la mantequilla. Añádale el ajo picado, el seso picado fino y escurrido y las salchichas españolas picadas finamente.

Condimente con la sal, la nuez moscada y el perejil picado. Mezcle con el queso, los huevos, el pan molido y el requesón formando una pasta compacta, como en la receta anterior.

Rellene cada raviol con 1/2 cucharilla de esta preparación.

RELLENO PARA RAVIOLES DI

Preparación.- En una sartén derrita la mantequilla con el aceite. Dore juntos la cebolla y el lomo de cerdo.

Agrégueles el jamón, las pechugas de pollo sin piel cocidas en agua (1 1/2 tazas) con sal, las espinacas cocidas y molidas (1 1/2 tazas), el queso, los huevos, el pan, la sal, la pimienta molida, el perejil picado y la nuez moscada.

Mezcle todo muy bien y, como en las anteriores recetas, rellene los raviolos con 1/2 cucharilla.

TERNERA GUISADA

JUGO PARA PASTAS

Ingredientes

1 kilo carne blanda 1/4
paquete mantequilla 1
cucharilla aceite 1
paquete tallarines
o spaguetti

Sal y pimienta al gusto,
para la carne

1 taza cebolla picada o
licuada
zanahorias peladas
picadas en rodajas
Jiñas

1 tarro salsa de tomate

1 tallo de apio limpio de
nervaduras y picado

6 cucharas queso
parmesano raspado
cucharas de vino

tinto áspero

2 cucharas perejil
licuado

1 cuchara harina blanca

1 cuchara albahaca
picada o
desmenuzada

1/2 tazas agua

cubito de carne

concentrada

1 cuchara ralladura de
cáscara de limón

2 dientes de ajo picados
fino

cuchara romero

seco

1 1/2 tazas tomate
licuado

cuchara aceite

Preparación.- En la sartén dore la carne con el aceite y la mantequilla.

Póngala en una cacerola y cúbrala con la cebolla licuada, el ajo, las zanahorias, el apio, el perejil, el romero, la albahaca, el vino, el agua, el cubo de carne, la ralladura de cáscara de limón, el tomate, la salsa de tomate y hágala cocer hasta que quede blanda. Tarda más o menos, 1 hora.

Cuando esté lista, córtela en tajadas delgadas y con el jugo cubra los tallarines.

Haga hervir el agua con la sal y el aceite. Añada los tallarines partidos por la mitad. Déjelos cocer en olla destapada, para evitar que rebase. Deben quedar suaves, pero no deshechos.

Cuélelos y páselos por un chorrito de agua fría. Escorra y cubra con la salsa. Mezcle ligeramente.

Ponga encima las tajadas de carne y vierta el saldo de salsa. Espolvoree con queso parmesano rallado.

Sirva caliente con 1 cuchara a cada extremo de la fuente.

Ingredientes salsa

1 /2 kilo chorizos
españoles 1 kilo carne
molida sin nervios ni
grasas
1 /2 kilo jamón en
tajadas delgadas 1
taza cebolla picada
fina
1 cuchara perejil 1 /2
taza vino áspero
1 1/2 tazas tomate
pelado picado fino 1
cuchara perejil
1 cucharilla pimienta
molida
2 cubos de sopa
Maggy
1 cuchara sazónador
2 cucharas albahaca
desmenuzada
3 tazas queso
muzzarella
1 /2 litro crema de
leche
1 /2 kilo
requesón
2 cucharas ketchup
1 tarro salsa de
tomate 5
dientes ajo
1 cuchara sal molida
2 litros agua
1 1/2 taza aceite

Ingredientes masa

10 huevos 1 1/2
tazas harina blanca
1 taza harina blanca
para espolvorear
láminas de masa
(aparte) 1 cuchara
sal molida
2 cucharas aceite

LASAGNA

Preparación.- Dore la cebolla con el aceite. Agregue el tomate, la carne molida, la pimienta, el perejil, el sazónador, el vino, la albahaca, el ketchup, la salsa de tomate, los chorizos pelados y desmenuzados, la sal, los ajos, los cubos de carne y el agua.

Deje cocer unos 30 a 35 minutos, todo junto.

MASA PARA LASAGNA, TALLARINES O CANELONES

Preparación.- En un recipiente cierna la harina. Mézclela con la sémola. Disuelva la sal y el aceite en los huevos y viértalos sobre la harina. Amase todo y forme una masa algo seca. Agregue harina en caso que quede muy blanda.

Divida la masa en pedazos y forme unos panecitos. Espolvoree con harina y páselos por la máquina de hacer fideos, unas 2 veces por el espacio grueso. Gradúe, poco a poco, la máquina y pase las láminas hasta que queden muy delgadas. Siempre espolvoree con harina, después de cada pasada.

Una vez que todas estén parejas, coloque las cintas de masa una sobre otra y córtelas de 5 cms. de tamaño.

Póngalas a cocer, de 12 en 12 pedazos, en una olla grande con 4 litros de agua hirviendo, 1 1/2 cucharas de sal y 1 cuchara de aceite.

Están listas cuando suben a la superficie. Sáquelas en una coladera y vacíelas en un recipiente con agua fría.

Colóquelas estiradas en dos charolas untadas con mantequilla: una capa de masa, otra de salsa de lasagna, otra de masa, otra de jamón, otra de crema de leche sin batir con queso parmesano o requesón, otra de masa y al final, concluya con la salsa. Cubra con crema de leche y queso raspado.

Meta al horno por 20 minutos, hasta que caliente. Sirva cortando porciones de 8 por 8 cms.

Ingredientes

6 costillas o chuletas
de cerdo ahumado 3
manzanas 1 / 2 taza
puré de manzana
1 1 / 2 tazas agua para
cocerlas 1 tarro chucrut
1 ;2 taza cebolla
picada
1/2 taza tomate picado
1 / 2 cucharilla
pimienta molida 1 / 2
taza aceite para dorar
cebolla y chucrut

Ingredientes

1 repollo duro blanco
lacio
2 tazas sal gruesa 1
taza vinagre
1 cucharita pimienta en
grano

Ingredientes

500 gramos chucrut 1
taza cebolla picada en
rodajas Jiñas 1
manzana pelada y
picada en rebanadas
Jiñas (mejor si es
ácida)
1 ;2 taza tomate pelado
y picado 1 / 2
cucharilla pimienta
molida
1 1/2 tazas agua
2 cucharas vinagre
3 cucharas aceite
1 salchicha alemana
por persona

Sirva caliente con 1 salchicha o una chuleta ahumada por persona.

COSTILLA DE CERDO AHUMADA CON MANZANAS

Y CHUCRUT

Preparación.- Lave el chucrut en 2 aguas. Exprímalo y póngalo en una sartén con la cebolla y el aceite caliente. Dórelos removiendo constantemente. Agregue el tomate picado, la pimienta y las chuletas. Cubra con puré de manzana y luego con las tajadas de manzana. Remueva el chucrut, levantando las chuletas con una espátula, sobre una fuente, cuando estén blandas. Mezcle el chucrut con el puré y las manzanas y ponga en la fuente al lado de éstas. Lleve caliente a la mesa.

CHUCRUT DE REPOLLO BLANCO

Preparación.- Pique el repollo en tiras muy delgadas. En un recipiente coloque camadas de repollo cubierto con sal gruesa y pimienta. Rocíe cada capa con un poco de vinagre, al final, concluya con la camada de sal.

Tape herméticamente el recipiente, colocando encima un peso. Deje fermentar unos 5 días y luego prepare la receta que presento a continuación.

CHUCRUT CON SALCHICHAS O CHULETAS AHUMADAS

Preparación.- Lave el chucrut en una coladera para que pierda el exceso de sal.

En una sartén dore la cebolla, aumente el repollo bien exprimido, las manzanas, el tomate, la pimienta, el agua, el vinagre y las salchichas. Deje cocer en olla tapada, hasta que el repollo quede tierno.

Ingredientes

1 pato tierno de 2 kilos
1 taza de hongos secos
1 cucharilla sal 1
cucharilla pimienta 30
gramos mantequilla con
sal 1 taza cebolla
licuada
1 cuchara aceite
2 cucharas vino tinto
áspero
1 taza tomate licuado 1
lata cerezas al jugo sin
semillas
1 cuchara albahaca
desmenuzada
2 cucharas maizena 1
cuchara perejil
1 cubito de carne
Maggy para 2 tazas

Ingredientes

4 pichones 1
cucharilla
mantequilla
1 cuchara aceite
2 tazas agua
2 tajadas de Jamón
crudo
1 /2 taza cebolla
finamente picada 1
zanahoria en rodajas
finas 1 cuchara perejil
Sal y pimienta al gusto
1 taza de hongos secos.
1 cuchara de harina
disuelta en 1/2 taza
de agua
1 cuchara vino blanco
Jugo de 1 limón

PATO CON CEREZAS (SALSA CROATA)

Preparación.- Corte el pato en 6 partes iguales, eliminando todo el esqueleto. Espolvoréelas con la sal y la pimienta molida. Dore las presas en aceite y mantequilla. Sáquelas y póngalas en una cacerola. En el mismo aceite, dore la cebolla y vacíela sobre el pato, incluyendo el tomate, los hongos remojados y licuados en su misma agua, el vino, las 2 tazas de caldo concentrado del cubito de carne Maggy, el jugo de cerezas, la maizena disuelta en 1/2 taza de agua, la albahaca y el perejil picado. Mezcle muy bien. Deje cocer a fuego moderado, hasta que, al tocarlo, el pato esté suave.

Al final agregue las cerezas.

Esta salsa sirve para cubrir ñoquis, tallarines, canelones o cualquier otra pasta. Eche una parte de la salsa encima y remueva ligeramente, luego el saldo. Espolvorée con queso parmesano raspado y las presas de pato alrededor.

PICHONES EN SALSA DE HONGOS

Preparación.- Limpie los pichones de las plumitas. Córtelos en 4 pedazos y en una sartén dórelos en la mantequilla y el aceite juntos. Agregue el jamón picado en cuadrados, la cebolla, la zanahoria, el perejil picado, la sal, la pimienta, el jugo de limón, los hongos remojados y licuados en su misma agua, el vino blanco y el agua.

Tape la olla y cocine hasta que estén tiernos; al final agregue la harina disuelta en el agua. Cueza 2 minutos más, removiendo con cuidado para no deshacer las presas.

Sirva caliente, con el jugo encima, acompañando con puré de papas y arvejas cocidas en agua con sal, o con ensalada de fideo menudo.

PESTO

Ingredientes

4 dientes de ajo 4
rebanado de tocino 2
cucharas perejil 2
cucharas albahaca
2 cucharas orégano,
(mejor si es fresco)
4 cucharas queso
parmesano rallado 1
¡2 taza aceite
3 cucharas caldo
hirviendo

Preparación.- Martaje el ajo, la albahaca, el perejil, el orégano, el tocino, el queso. Cuando esté molido como pasta, póngalo en un recipiente y eche como hilo el aceite, removiendo con cuchara de palo en forma circular. Al final aumente el caldo.

Esta salsa es apropiada para tallarines, raviolos o ñoquis.

El pesto con nueces se prepara en la misma forma: al moler añada 1/2 taza de nueces picadas.

MASA PARA ÑOQUIS

Ingredientes

12 papas 2 litros
agua 1 cuchara
sal
1 cuchara aceite
2 huevos enteros
1 1/4 tazas harina
para la masa 3/4
taza harina para
espolvorear la mesa

Preparación.- Haga cocer las papas peladas en una cacerola con agua y sal. Cuando estén suaves, sáquelas del agua y guarde ésta para cocer los ñoquis aumentando más líquido, sal y 1 cuchara de aceite. Estruje o muele las papas. Cuando estén frías, añada los huevos y la harina. Amase ligeramente, lo suficiente como para ligar los ingredientes.

Corte la masa en pedazos y, con las palmas de las manos, haga unas tiras largas y cilíndricas untando siempre con harina. Luego corte pedazos de 2 cms. y con la cara posterior de un raspador de queso, presione con los dedos la masita y forme como caracoles.

También puede formar otras figuras con la cara posterior de un tenedor, haciendo rayas horizontales y otras verticales.

Una vez listas las masitas, introdúzcalas en la olla con el agua hirviendo. Deje cocer en olla destapada, hasta que todas suban a la superficie. Sáquelas con una coladera y écheles un chorrito de agua fría, para que queden separadas unas de otras.

Cúbralas con la salsa que a continuación presento:

SALSA DE POLLO PARA TALLARINES,

ÑOQUIS O CANELONES

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos más o menos
1 manzana grande pelada y raspada, mejor si es ácida
1 tarro de salsa de tomate
2 1/2 tazas cebolla licuada
2/3 taza aceite para dorar la cebolla
2 1/2 tazas tomates licuados
1 taza vino tinto áspero
1 taza hongos secos lavados, remojados, licuados o picados
250 gramos ciruelas o pasas blandas
1 cuchara sal molida
1 cucharilla pimienta molida
2 tazas agua para cocer el pollo
2 cucharas perejil picado fino
1/2 cucharilla nuez moscada rallada
5 lonjas de tocino ahumado
2 cucharas albahaca desmenuzada

Preparación.- Dore la cebolla en el aceite. En una cacerola coloque el pollo dividido en presas, en lo posible del mismo tamaño.

Añada la cebolla dorada, la salsa de tomate, el tomate, las manzanas, el vino, los hongos, la sal, la pimienta, la nuez moscada, el perejil, la albahaca y el tocino picado. Mezcle todo y agregue el agua. Tape la cacerola y deje cocer hasta que el pollo quede tierno, al final ponga las ciruelas para que sólo den un hervor. Estas deben ser blandas, para que cuezan pronto y queden enteras.

Para esa cantidad de jugo, cocine 1 1/2 paquetes de tallarín o spaguetti en 3 litros de agua hirviendo con 2 cucharas de sal y 1 de aceite.

Deben estar cocidos, pero no deshechos. Escúrralos y échelos un chorrito de agua fría, para que queden enteros y separados.

Sirva los tallarines en una fuente grande cubiertos con el jugo, las presas de pollo y las ciruelas distribuidas por toda la superficie. Encima, esparza queso parmesano raspado.

Nota.- El tallarín o cualquier pasta no se deben cocer anticipadamente. Es mejor tener el agua hervida con la sal y el aceite y recién, unos 15 minutos antes de servir, hacer cocer la pasta.

Ingredientes

PRSURATE "DINKO" (BUÑUELOS CROATAS)

Preparación.- En un recipiente grande coloque las papas molidas muy finas (ya cocidas con anterioridad en un litro de agua con sal) . De esta agua, mida 1 litro y cuando esté tibia, remoje la levadura (granulada o 2 onzas en pasta), hasta que salgan ampollitas en la superficie. Mezcle todos los ingredientes, agregue la harina cernida, hasta formar una masa corrediza que se pueda levantar con las manos.

Bata mucho con una cuchara de palo hasta que se formen globitos. Tápela con un mantel y déjela en lugar abrigado hasta que la masa haya aumentado más del doble. En un perolito hondo ponga a calentar 1 litro de aceite, tome con la mano una porción de masa y, con una cucharilla previamente sumergida en agua, déjela caer con cuidado sobre el aceite hirviendo hasta que se dore de ambos lados. Ponga varias masas a la vez para que no se queme el aceite. Sáquelas con una espumadera, vacíe en una fuente puesta con servilletas de papel.

Para servir espolvoree con azúcar molida.

PRSURATE

(BUÑUELOS NAVIDEÑOS CROATAS)

Preparación.- En el agua en que cocieron las papas (2 1/2 tazas) remoje la levadura granulada (o 2 onzas en pasta) con el azúcar, por 1/4 de hora. Luego mezcle las papas ya molidas como para puré, los licores, la canela preparada, lofe huevos batidos, la sal, las raspaduras de la cáscara de limón, la naranja y al final, la harina mezclada con las nueces peladas y picadas y las pasas sin semilla, para que queden bien distribuidas.

Bata con una cuchara de palo hasta que se formen globos. Una vez así, cubra con un mantelito y ponga en lugar abrigado hasta que aumente más del doble. En una sartén honda caliente el aceite. Con la mano izquierda mojada en agua fría, levante un poco de masa. Apriete en forma de puñete y por la parte superior saldrá la cantidad de masa que tomará con una cucharilla, también sumergida previamente en agua.

De esta manera se formarán una especie de huevitos o bolitas del tamaño de una nuez.

Fríalas en aceite caliente y una vez doradas por ambas partes, sáquelas sobre una coladera cubierta con servilletas de papel, para que absorba el aceite restante.

Para servir, espolvoréelas con abundante azúcar molida, con la ayuda de un cernidor.

Esta masitas se las puede preparar con anticipación, uno o dos días antes de Navidad y guardarlas en el refrigerador en una bolsa de nylon si es clima cálido. Si es lugar frío, basta ponerlas en la bolsa de nylon, en una cacerola para que se conserven suaves y elásticas.

MASITAS CROATAS CON ALMENDRA PICADA

Ingredientes

500 gramos harina
blanca
200 gramos azúcar
molida
200 gramos
mantequilla con sal
1 taza mermelada de
membrillo
2 cucharas royal
1 / 2 taza agua o leche
1 taza almendras
picadas
1 clara de huevo

Preparación.- Cierna la harina con el royal. Mezcle con el azúcar y la mantequilla, frotando con las manos hasta que quede como miga. Añada la leche y forme una masa suave.

Divídala en 3 porciones. Forme unas tiras largas y cilíndricas de 2 1/2 cms. de espesor. Póngalas al refrigerador en una fuente, por una hora.

Sáquelas y córtelas en pedazos de 3 cms. Páselas con un pincel con clara de huevo. Revuélvalas en la almendra picada para que se adhiera a las masitas. En la parte de superior, haga un hoyito con el dedo y ponga un poco de mermelada de membrillo.

Póngalas en latas ligeramente enmantecadas al 1/2 cms. de distancia. Llévelas a horno caliente a 300 grados, hasta que se doren.

Ingredientes

500 gramos harina
blanca 8 yemas
1/2 cucharilla sal
molida 1 1/4 paquete
mantequilla con sal
(50 gramos)
1 cucharilla vainilla 1
cucharilla canela
preparada 1 copita
coñac
1 copita vino blanco
Ralladura de cáscara
de limón
2 cucharas jugo de
limón
1 / 2 taza jugo de
naranja
3 tazas aceite para
freír
1 taza azúcar en
polvo, cernida para
espolvorear cuando
estén jritos

Ingredientes

3 tazas nueces
molidas
1 1/2 tazas azúcar
molida cernida 1 1/2
tazas cocoa o
chocolate raspado 100
gramos almendra
pelada y picada en
cubitos
1 huevo entero 1
cucharilla canela rasa
preparada 1 cuchara
cáscara rallada de
limón Leche
condensada.
1 taza azúcar

"KROSTULE" (MASITAS CROATAS)

Preparación.- Bata las yemas hasta que queden espumosas y casi blancas. Añada los licores, los jugos y demás ingredientes. Al final agregue la harina hasta formar una masa blanda y suave.

Déjela reposar por unos 15 minutos. Luego frote mucho y estire con un uslero hasta 1/2 cm. de espesor. Corte en tiras alargadas de 2 cms. de ancho y 12 cms. de largo. Luego amárrelas como moñas de cinta.

Cuando termine todas, caliente el aceite en una sartén honda, y fríalas hasta que se doren.

Sírvalas espolvoreadas con azúcar molida.

DULCES CROATAS DE NUECES

Y ALMENDRAS "SALAME"

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes, incluyendo la leche condensada (la necesaria para formar la masa), y ponga la mezcla en una ollita, a fuego lento para que se entibie.

Vacíe la masa en una fuente plana, espolvoreando con abundante azúcar molida y haga una tira cilíndrica de 2 1/2 cms. de espesor.

Deje en el refrigerador por unas 2 horas y recién corte en redondeles de 2 cms. de espesor, con un cuchillo filo. Revuelva nuevamente los dulces en azúcar molida.

Ponga en pirotines pequeños y arreglados con otros dulces en fuentes bonitas.

**PASTEL (STRUDEL)
(DAMAS CROATAS)**

Preparación.- En un recipiente cierna la harina. Agregue el aceite, el vinagre, la sal y el agua, hasta formar una masa suave. En caso que quede muy seca, añada, cucharada por cucharada, agua tibia hasta que se pueda trabajar con facilidad y no se pegue a las manos. Frótela sobre una mesa y golpéela para que se ponga elástica.

Divídala en 4 partes iguales. Déjela reposar unos 20 minutos. En igual forma, divida los ingredientes del relleno para las 4 masas. Pase sobre cada porción de masa una brochita de cocina untada en aceite. Ponga sobre un repasador y estírela con un uslero, muy delgada y luego con los dedos hasta que quede transparente.

Con un cuchillo divídala del tamaño exacto para que cubra una lata de homo de 40 x 30 cms. Pase cada lámina con la brocha con aceite. Ponga encima de cada una, nuez molida mezclada con el azúcar y la canela preparada. A la 3ra. hoja coloque más nueces y una capa de pasas. Cubra con otras 3 hojas pasándolos siempre con aceite y esparza nueces, azúcar y canela preparada hasta acabar la masa e ingredientes.

Antes de llevar a homo moderado, divida, en el molde, el strudel en rectángulos o triángulos, cortando hasta el fondo, para poder levantarlos con facilidad cuando estén cocidos, porque queda como masa de hoja y es muy fácil que se rompa. Cuando estén listos, báñelos con el almíbar que a continuación presento:

Preparación almíbar.- Ponga el azúcar y el agua en una cacerolita; disuelva completamente. Haga hervir unos 5 minutos y recién añada el jugo de limón. Deje por unos 15 minutos más en fuego lento y al final agregue la vainilla.

Con este jarabe, bañe los cuatro moldes y ponga nuevamente a homo caliente, por unos 3 a 4 minutos, para que el almíbar penetre a fondo en las masitas.

Sirva frío, en tajadas, en una fuente plana o directamente en platitos paneros juntamente con otras masitas para té.

PASTEL (STRUDEL) DE MANZANA (DAMAS CROATAS)

Ingredientes

1 kilo harina
1/2 taza aceite
100 gramos
mantquilla con sal
1 cucharita vinagre
1 cucharilla sal molida
1 1/4 tazas agua tibia
10 manzanas grandes
acidas
2 1/2 tazas nueces
picadas
2 tazas galletas Maria
molidas
3 tazas pasas sin
pepa
1 taza azúcar
granulada
4 cucharillas canela
preparada
2 cucharas cáscara de
limón rallado
Jugo de 3 limones

Preparación.- Cierna la harina en un recipiente. Agregúele 1 cucharita de aceite, 1 cucharita vinagre y la sal disuelta en el agua tibia.

Forme una masa suave. Trabájela bastante y golpéela sobre la mesa para que se vuelva elástica.

Caliente, al sol fuerte una olla de aluminio vacía y cubra la masa con ella, tratando que los bordes de la olla no toquen la masa. La olla debe ser más grande que la bola de masa.

Déjela así unos 15 a 20 minutos, al sol. Esto se hace para que la masa se vuelva completamente elástica y se la pueda estirar delgada como papel transparente. A medida que estire la masa, rocíele aceite y pásese las yemas de los dedos con el mismo. Estírela sobre un mantel o repasador.

Divida la masa en 4 porciones. Cada una servirá para un rollo de strudel.

Cuando vea que la masa está transparente, divida los ingredientes del relleno en 4 partes, rocíe la lámina de masa con parte del aceite, azúcar granulada y el jugo de limón juntos. Luego espolvoree con una 1/4 parte de las galletas molidas, mezcladas con una cucharilla de canela preparada.

En un extremo de la masa ponga la cuarta parte de manzanas, pasas remojadas y nueces picadas.

Empiece a enrollarla por el lado en el que estén las manzanas, ayudándose con el mantel.

Unte los strudel con la mantquilla derretida, a temperatura ambiente.

Póngalos en una lata de homo enmantequillada, a 250 grados, por espacio de 20 a 25 minutos, hasta que se doren.

Sírvalos cortados en rodajas de 3 cms. y espolvoréelos con azúcar.

PASTEL CASERO DE MANZANA

Ingredientes

1 taza aceite
2 1/2 tazas harina
blanca
1/2 taza aceite para
untar la masa al
estirarla
1/2 cucharilla sal
1/2 cucharilla azúcar
granulada
1/2 cucharilla vinagre
3/4 taza agua tibia

Ingredientes relleno

1 taza galletas Maña
molidas
2 cucharillas canela
preparada
1 taza pasas sin pepa
(remojadas)
1 taza azúcar
granulada
10 manzanas peladas
y cortadas delgadas
(preferible acidas)
taza nueces picadas
100 gramos
mantequilla con sal
4 cucharas aceite

Ingredientes

3 tazas nueces
peladas y molidas
1 1/2 tazas azúcar
granulada
1 huevo

Preparación.- En un recipiente mezcle el agua, el aceite, la sal, el azúcar y el vinagre. Amase con la harina cernida, hasta que forme una masa suave. Caliente, al sol fuerte una olla de aluminio vacía y cubra con ella la masa de strudel previamente untada con aceite. Procure que no toque los bordes de la olla. Esto sirve para que la masa se vuelva elástica.

Divida la masa en 3 partes y estírela sobre un repasador, con las manos untadas en aceite hasta que quede muy delgada. Extienda cada una de las partes sobre el repasador y úntelas con mantequilla. Aparte, mezcle galletas molidas con el azúcar, las nueces y la canela preparada. Separe 3 porciones y esparza cada una de ellas sobre cada masa. En un extremo coloque la tercera parte de las manzanas y pasas, empiece a enrollar del lado en el que estén las manzanas, con la ayuda del separador como si fuera un rollo de queso. Nuevamente pásele con aceite.

Proceda de igual manera con las 2 masas restantes. Coloque en latas enmantecadas, a homo mediano (200 grados) por 45 minutos más o menos, hasta que doren. Cuando estén listas, sírvalas calientes o frías, espolvoréelas por encima con azúcar molida. Corte en trozos de 3 cms. de espesor.

PALITOS CROATAS DE NUECES

Preparación.- Bata el azúcar con la yema. Agregue las nueces molidas y al final, la clara batida a punto nieve. Una los ingredientes y forme una masa algo seca. Con un uslero, estírela hasta 1 cm. de espesor, emparéjela muy bien y cúbrala con el siguiente glacé:

Mezcle 3/4 taza de azúcar molida cernida con jugo de limón, hasta obtener una crema espesa con la cual debe cubrir la masa.

Corte tiras de 1 1/2 cms. de ancho, por 6 cms. de largo. Póngalos en una lata ligeramente enmantequillada, a homo mediano (150 grados) por espacio de 5 a 6 minutos, hasta que seque el merengue.

PALITOS DULCES CROATAS

Ingredientes

*1/2 cucharilla sal
4 tazas harina blanca
100 gramos
mantequilla con sal
1 taza azúcar
granulada
1 1/2 tazas nueces o
almendras molidas
1 cucharilla canela
preparada
1 cucharilla vainilla
2 cucharas extracto
café
2 huevos enteros
1 1/2 cucharillas
royal
1/4 taza leche*

Preparación.- Cierna la harina y el royal. Mezcle con la mantequilla y las nueces o almendras. Aparte, junte en un recipiente todos los demás ingredientes y agréguelos a la primera preparación.

Forme una masa consistente y estírela hasta 1/2 cm. de espesor, sobre una mesa ligeramente enharinada.

Con un cuchillo filo o medita, corte tiritas de 1 cm. de ancho y de 6 cms. de largo.

Póngalas en filas en latas enmantequilladas, al homo a 200 grados y a distancia de 1/2 cm. unas de otras, por 10 a 12 minutos.

Cuando estén doraditas, déjelas enfriar en la misma lata. Prepare un baño de 1 taza azúcar molida cernida, 3 cucharas de agua y 1 cucharilla de vainilla.

Con un pincel pásales el baño por la parte superior con mucho cuidado. Déjelas secar en una fuente plana.

MEDIAS LUNAS CROATAS DE NUECES

Ingredientes

*3 tazas nueces
peladas y molidas 7
claras de huevo
batidas a punto nieve
1 cuchará cáscara de
limón raspada 3 tazas
azúcar molida cernida*

Preparación.- Mezcle todos los ingredientes en un recipiente y, en una mesa enharinada, forme unas tiras largas y cilíndricas. Divídalas en pedazos de 8 cms.

Forme con éstas unas medias lunas. Póngalas a homo de temperatura mediana (200 grados), en latas ligeramente enmantequilladas, hasta que queden un poco doradas.

Antes de cocerlas espolvoree cada masita con nueces molidas.

PESCADOS

VIGESIMA SECCION *

Comida Peruana y Chilena

Ingredientes

CEBICHE

Preparación.- Limpie los pescados de escamas y espinas-. Lávelos y córtelos en cuadrados de 2 por 2 cms.

En un recipiente de vidrio, ponga el pescado, eche el jugo de limón, añada el ajo machacado, el jengibre, la pimienta, la sal y el sazonador. Pique la cebolla, el ají verde, el locoto y el perejil. Incorpórelos al pescado. Mezcle todo.

Deje reposar por 45 min. a 1 hora. No refrigere.

Sirva acompañado de una tajada de camote y un pedazo de choclo.

LOCOS CON MAYONESA DE QUESO FRESCO O QUESILLOS

(IDITA)

Preparación.- Golpee los locos con el mazo de ablandar carne o piedra de moler. Lávelos y cepillólos hasta que queden blancos. Cueza en 3 tazas de agua hirviendo, hasta que se ablanden, más o menos en 1 1/2 horas. En caso que se seque el agua, aumente por tazas lo necesario.

Vacíe todo el contenido junto con el agua en un recipiente y déjelo enfriar. Así no se oscurecen los locos. Bata las yemas y cuando esten espesas, incorpore poco a poco el aceite, reservando 2 cucharas. Agregue el quesillo licuado y la cebolla picada. Condimente con sal, limón, pimienta y ají molido cocido en las 2 cucharas de aceite.

Pique los locos en tajadas delgadas y cúbralos con la salsa de quesillo. Sirva con ensalada de lechuga picada y rodajas de tomate.

SOUFFLE DE CONGRIO

CON LANGOSTINOS

Ingredientes

1 receta soufflé base
ver pag. (227)
1 1 / 4 kilos congrio u
otro pescado
1 taza vino blanco
1 1/2 tazas agua fría
2 cucharas jugo de
limón
1/2 cucharilla sal
1 ramito compuesto de
perejil y albahaca

Ingredientes salsa

500 gramos
langostinos
100 gramos
mantequilla con sal
(1/2 paquete)
3/4 taza harina
blanca
3/4 litro del caldo
donde coció el
pescado (3 tazas)
1 taza crema de leche

Preparación.- Limpie el pescado de piel, aletas y espinas. Póngalo a cocer en una cacerolita, con el agua, el vino, la sal y el ramo de hierbas, por 10 minutos desde que empiece a hervir. Cuele y reserve el caldo. Ponga el pescado en una fuente plana y, con un tenedor, aplástelo para que se deshaga como puré.

En otra ollita, con una taza de agua, 1 cucharilla de sal y la cucharada de jugo de limón, haga cocer los langostinos, por espacio de 5 minutos. Escúrralos y deje enfriar. Luego pele y deje limpias las colitas.

Mezcle la receta base de soufflé con el puré de congrio y vierta ésta en un molde de aro o en una fuente de pirex de 35 x 40 cms., más o menos, previamente enmantecuada.

Ponga a homo regular por 35 a 40 minutos. Pinche con una paja o alambrito para comprobar que esté compacta, de lo contrario deje en el homo un momento más.

Para cubrir el soufflé, prepare una salsa poniendo en una sartén la mantequilla a fuego lento. Agregue la harina. Dórela ligeramente. Añada el caldo colado del pescado. Haga cocer hasta que quede transparente. En caso que esté muy espesa, añada más caldo de pescado, porque la salsa no debe quedar muy espesa.

Al final, aumente la crema de leche y los langostinos. Pruebe la sal y añada si ésta falta.

Una vez vaciado el soufflé, en una bonita fuente, cubra con una parte de la salsa caliente y lleve la otra a la mesa, en una salsera.

CORVINA CON SALSA DE ERIZOS

Ingredientes

1 1/2 kilos corvina 1
taza agua hirviendo
1 1/2 taza vino blanco
áspero
2 cucharas aceite 1/2
cucharilla
pimienta molida
Jugo de 2 limones

Ingredientes salsa

1 1/2 tazas del caldo
en que coció el
pescado en el homo 1
taza crema de leche 1
lata de erizos 1
cuchara maizena
colmada
1/2 taza agua para
disolver la maizena

Preparación.- Limpie la corvina y pártala con cuchillo por el centro. Extraígale la espina dorsal. Déjela en dos filetes. Láve y escúrrala. Póngala en un recipiente y rocíe con jugo de limón, dejándola por 1/2 hora. En una fuente de homo pasada con aceite; coloque el pescado condimentado con la sal y la pimienta. Añada la taza de agua, el vino y el aceite restante. Lleve a homo caliente, por 25 minutos más o menos. Cuando esté lista, traslade a la fuente que irá a la mesa y cúbrala con la siguiente salsa.

SALSA

Preparación.- En una cacerola ponga el caldo colado del pescado hasta que hierva. Incorpore la maizena disuelta en el agua. Haga hervir unos 2 minutos, removiendo constantemente para que no se pegue a la olla, ni se formen grumos. Agregue los erizos, la crema de leche, la sal y la pimienta al gusto. Remueva un momento más. Apague el fuego para que no hierva, porque se corta la crema.

Vierta sobre el pescado y, si sobra, lleve a la mesa en una salsera. Se puede adornar la fuente con puré de papas utilizando una boquilla rizada.

Nota.- Para no cambiar de fuente, lleve al homo en pirex.

MOUSSE DE ERIZO

Ingredientes

1 tarro crema de leche
Nestlé grande o 2
chicas (1/4 litro
crema de leche
fresca)
6 hojas colapez 1 tarro
erizo 1 cuchara
ketchup 1 cuchara jugo
de limón
1/2 cucharilla
pimienta molida 1 taza
agua sal al gusto

Preparación.- Bata la crema de leche en el tarro cerrado. Vacíe en un recipiente y aderece con el ketchup, el jugo de limón, la sal, la pimienta. Eche los erizos. Al final, agregue el colapez disuelto en la taza de agua. Si aún no está disuelto, ponga al baño "María" y mezcle ligeramente.

Vacíe en un molde de rosca y ponga al refrigerador por 6 horas. Desmolde pasando por agua caliente muy rápidamente y voltee en la fuente en que irá a la mesa. Acompañe con papas duquesa.

COCTEL DE LANGOSTA, CAMARONES

O LANGOSTINOS

Ingredientes

1 langosta de 650 a
700 gramos
Mayonesa (ver pag.
295)
1 ;2 cucharilla sal 1
litro agua 1 cubo
caldo de gallina

Preparación.- Lave la langosta en el chorro de agua de la pila, para que quede limpia de arena. Haga cocer en una cacerola con el agua, la sal y la carne concentrada, por 3 a 5 minutos calculando desde que empiece a hervir.

Corte las pinzas y la cola de la langosta en varios pedazos. Para extraer la carne saque la materia blanda del caparazón, para agregarle la mayonesa.

Adorne 6 vasos con lechuga picada fina y alrededor unas hojitas tiernas. Al centro de cada vaso distribuya la carne de la langosta y cúbrala con la mayonesa.

LANGOSTA O CENTOLLA AL CHAMPAGNE

Ingredientes

1 langosta o centolla de
700 gramos más o
menos
1 copa de vino blanco
para cocer langosta 1
/2 litro agua para
cocer la langosta 1
copa champagne 1 ;2
cucharilla sal 1 cubo
caldo de pollo para
cocer 1/4 litro crema
de leche
Jugo de 1 limón para
cocer

Preparación.- Lave la langosta o centolla en el chorro de agua de la pila de agua, hasta que quede limpia de arena. En una olla ponga el agua, la sal, el cubo de caldo de pollo, el jugo de limón y el vino. Cueza en esta preparación la langosta o centolla durante 3 a 5 minutos, a fuego fuerte.

Retírela y pique en cuadrados de 3 cms. Colóquelos en una fuente y vierta sobre los pedazos el champagne y la crema de leche batida. Pruebe la sal.

Sirva con verduras para buffet, cocidas en agua y sal. En la misma forma puede preparar los langostinos o camarones, limpiándolos previamente de todas sus durezas y cola. La cantidad debe ser de 700 a 800 gramos de cualquiera de los mariscos que indico.

EMPANADA DE MASA DE HOJA CON MARISCOS

Ingredientes

1 receta de masa de hoja
1 1/2 kilo camarones limpios cocidos con agua, sal y limón 1 /2 taza tomate pelado y picado 1 ;2 taza cebolla picada
1/2 taza pimentón rojo picado 1/2 taza vino blanco áspero
1 /2 taza arvejas cocidas
2 cucharas aceite
2 cucharas mantequilla con sal
2 cucharas colmadas maizena 1/2 taza agua 1 taza leche 1 huevo para pintar la masa

Preparación.- En una sartén dore la cebolla con el aceite. Añádales el tomate, el pimentón y las arvejas. Deje que hierva unos dos minutos. Agregue luego el vino, la leche, la mantequilla, la maizena disuelta en el agua y al final, los camarones. Mezcle todo con cuidado para no romper los camarones.

En una mesa enharinada estire la masa de hoja hasta que alcance la dimensión de 30 por 25 cms. Trasládela con cuidado a una lata de homo y vierta el relleno completamente frío, al centro de la masa. Doble los extremos, de derecha a izquierda, para que se Junten *al* centro y con los dedos apriete los bordes para que formen como una empanada grande. También una muy bien los extremos de arriba y abajo para que no salga el relleno. Unte con huevo ligeramente batido por encima.

Lleve a homo caliente inicialmente y luego disminuya, hasta que la masa quede completamente cocida. Divida en cuadrados de 7 cms., más o menos y sirva caliente.

PICARONES

Preparación.- Una vez cocido el zapallo, con poca agua y sal, páselo por cedazo o cernidor de alambre, con ayuda de una cuchara de madera. Mida la taza y media de zapallo hecho puré. Agregue el azúcar, la canela y la leche. Mezcle muy bien, y añada la harina cernida con el royal. Bata nuevamente hasta que se forme una masa que se ligue fácilmente. Póngala en una manga con boquilla lisa y forme rosquitas sobre el aceite caliente.

También puede usar un aparatito especial para freir rosquitas. Sumerja el aparato en el aceite caliente y ponga en él, 1 cucharilla de masa. Puede vaciarlo sobre el aceite inmediatamente después que se haya formado la rosca y colocar otra masa. Fría a la vez unas 6 o 7 rosquitas. Sáquelas sobre servilletas de papel. Sirvalas cubiertas con miel de caña u otro jarabe de fruta.

Ingredientes

1 1 / 2 tazas zapallo cocido en poca agua y pasado por cedazo
2 tazas harina
5 cucharas leche Jría
3 cucharillas royal 2 cucharas azúcar granulada 1 cucharilla sal molida
1 cucharilla canela preparada 1 1 / 2 tazas aceite para jreir

Ingredientes

6 camarones
6 langostinos
6 cholgas
3 locos partidos en 4 6
pedazos congrio 6
huevos pochos 6
rebanadas pan de
molde fritas 1 1/2
tazas cebolla picada
fina o licuada
1 taza tomate licuado 1
1/2 taza jugo de limón 1
cucharilla orégano
desmenuzado 1
cucharilla comino y 1
de pimienta molidos 1
cucharilla perejil
1 cucharilla colorante
rojo, (pimentón
molido en polvo)
2 litros agua (8 tazas)

Ingredientes

2 kilos pejerreyes
medianos
1 taza cebolla licuada
1 taza tomate licuado 1
cuchara perejil picado
1/2 taza aceite 1
taza pan molido
3 cucharas jugo de
limón
1/2 taza queso
muzzarella raspado
1 cucharilla pimienta
negra
2 dientes de ajo 1 1/2
cucharillas sal
1 cucharilla orégano
2 huevos enteros
1/2 taza leche
evaporada

PAILA MARINA CHILENA

Preparación.- En una sartén, caliente el aceite y dore el tomate, la cebolla, el perejil picado y demás condimentos. Vierta en una cacerola el agua con la sal y la salsa preparada. Deje cocer unos 10 minutos. Limpie los mariscos y el pescado echándolos a la sopa, juntamente con el jugo de limón. Deje cocer unos 15 minutos. Sirva en platos de greda, poniendo a la base una rebanada de pan frito, un pedazo de pescado, un marisco de cada clase y el huevo poché a un lado. Adorne encima con un camarón entero.

Antes de usar los platos de greda, hágalos hervir en una olla con leche, para que no tengan mal olor. Después de usarlos, enjuáguelos en la misma forma.

Para cocer los locos, primeramente golpéelos con un mazo, lávelos muy bien y recién hágalos cocer cubiertos con agua, 1 cucharilla de sal y 2 cucharas de jugo de limón, hasta que estén blandos.

FILETES DE PEJERREY A LA BORDELESA

Preparación.- Limpie los pescados (8 más o menos), de espinas, escamas, aletas y cabezas. Condimentelos con el jugo de limón, la sal, la pimienta, el ajo molido, la cebolla, el tomate licuado, el aceite, el perejil y el orégano desmenuzado. Pártalos por el centro, en filetes. Colóquelos en una fuente y déjelos cocer en el horno regular, por 20 minutos. Sáquelos y vierta sobre éstos la leche y los huevos ligeramente batidos.

Encima espolvoree con pan molido. Póngalos nuevamente, al horno por otros 15 minutos. Sáquelos y al final, esparza en toda la superficie el queso muzzarella raspado.

Ponga nuevamente al horno, solamente para que se derrita el queso. Sirva caliente, acompañado con arroz graneado y 1 papa blanca cocida con agua y sal al gusto.

CHUPE DE CAMARONES

A LA LIMEÑA

Ingredientes

2 cucharas de aceite
1 diente de ajo
machacado
1 cebolla finamente
picada
1 tomate grande
pelado
4 tazas de agua
hirviendo
1 choclo tierno en
trozos
1/4 taza arvejas
1 /2 k. papa
imilla
1/4k. de queso Pil
blanco
2 cucharadas de arroz
2 camarones frescos y
limpios por persona
Una pizca de orégano
3 tiras de corvina frita
(pejerrey o surubi)
cortada en
cuadraditos
Sal y pimienta al
gusto
1 taza leche
evaporada
Perejil picado
1 huevo escalfado por
persona
1 locoto tostado en
llama, por persona

Preparación.- Caliente el aceite en una cacerola y suelte el ajo y la cebolla; luego el tomate cortado en pedazos pequeños; el choclo, las arvejas, las papas y el arroz. Fria unos 5 minutos. Añada agua.

Una vez que las papas estén cocidas, retire del fuego y eche los camarones, los locotos, el orégano, la sal, la pimienta y 1 huevo por persona. Deje a fuego lento para que se cocinen los camarones.

Antes de servir, añada la leche, el pescado frito y el queso fresco. Salpique con perejil.

Sirva 2 camarones, 1 huevo y 1 locoto por persona.

PAELLA A LA VALENCIANA

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos
1 / 2 kilo de cerdo
 picado en cuadrados
3 dientes de ajo
 picados finos
2 1 / 2 cucharas sal
 molida
2 tazas de tomate
 pelado y picado 1/4
kilo vainitas limpiadas
 y picadas finas
1 / 2 kilo arvejas 1/2
kilo pejerrey limpio de
 espinas y sin cabeza 1
1/2 kilo langostinos 1/4
kilo camarones 1 / 4
kilo mejillones 1 / 4 kilo
 calamares
1 1/4 kilo pulpo o surubi
2 tazas cebolla *picada*
1 1/2 litro de agua
4 salchichas españolas
1 1/2 cucharila
 pimienta molida 1/4
taza harina blanca para
 rebosar pescado
1 1/2 tazas pimientos
 morrones, picados en
 tiras
2 cucharas perejil
 picado
2 cucharas azafrán o 2
 cucharas rasas
 colorante amarillo

Preparación.- Corte el pollo en pequeños pedazos, eliminando los huesos del tórax. Lávelos y condimente con sal, pimienta y jugo de limón. En otro recipiente, lave el pescado compruebe si está sin escamas, espinas ni aletas. Pártalo en pedazos en 4 cm. Déjelo, igual que el pollo, con jugo de limón, sal y pimienta.

En una sartén, ponga un 1/4 taza de aceite, dore las presas de pollo y saque a una cacerola. Luego fría los pedazos de lomo de cerdo y los pescados rebozados en harina. Sáquelos, lave la sartén, caliente 1/4 taza de aceite y dore la cebolla, el tomate, arvejas y vainitas. Vierta estos ingredientes sobre el pollo, añada el agua hirviendo, la sal y deje cocer hasta que las verduras, el pollo y lomo estén tiernos. Condimente con ajos picados y agregue salchichas españolas.

Limpe los mejillones con un cepillo y póngalos a cocer en una ollita con 1/2 cucharilla de sal y 1 cucharilla jugo de limón hasta que se habran las Conchitas. Deje algunas en sus conchas, para adornar las fuente.

Limpe los langostinos y camarones. Haga hervir el pulpo cortado en pedazos, durante unos 20 a 25 minutos con 1 1/2 taza de agua, 1/2 cucharilla de sal y 1 cucharilla jugo de limón. Añada el caldo de pollo y demás ingredientes y deje cocer unos 3 minutos más, para que sazone.

Cuando esté todo cocido, cuele el caldo en una olla de presión, midiendo 2 tazas de caldo por 1 taza de arroz. En este caso necesita 5 tazas de caldo. En una sartén, dore el arroz en 1/4 taza de aceite. Cuando esté hirviendo el caldo, añada el arroz, 1 cucharilla jugo de limón, 1 cuchara azafran o colorante amarillo. Tape la olla y ponga el reloj de cocina por 10 minutos. Cuando se cumpla el tiempo apague la hornilla y deje en la cocina hasta que enfrie. Luego vacíe el arroz en un recipiente, mezclando con el pollo y verduras cocidas.

Ponga en fuentes de pirex para llevar a la mesa.

*2 1/2 tazas arroz de
grano largo 1 taza
aceite para dorar
presas, cebolla y
arroz jugo de 3
limones 1 1/2 litros
de agua*

En una sartén con 1/4 de aceite, retueste el pimiento picado, añada el pescado frito, langostinos, calamares, camarones y perejil. Deje cocer unos 5 minutos cubriendo con 1 1/2 tazas de agua.

Caliente al homo el arroz mezclado con el pollo y demás verduras. Cuando esté listo para llevar a la mesa, decore la fuente en forma artística con los mariscos y pimientos.

La mejor manera de hacer cocer el arroz es en olla de presión. En lugares altos cuece en 10 minutos y en otros más bajos, en 5 o 6 minutos con menor cantidad de agua. Otra manera de preparar este plato es haciendo cocer el arroz en olla de barro, al homo.

Primero prepare en la forma indicada anteriormente con todos los ingredientes, menos los mariscos. Cuando la olla está hirviendo agregue el arroz, remueva, tape y ponga al homo. En lugar de poner 2 tazas de agua por 1 de arroz, ponga 2 1/2 de líquido por 1 de arroz. Cuando retire del horno, sirva mezclando con los pimientos y mariscos. El arroz debe cocer en el homo de 20 a 25 minutos, la paella debe quedar jugosa y el arroz entero.

Ingredientes

1 pollo de 2 kilos 1 1/2
taza pan molido o 1
1/2 taza com flakes
molido 1 cucharilla
polvo curry
1 cucharilla sal 1
cuchara

mantequilla con sal
1 cucharita ajinomoto
2 dientes de ajo
finamente picados
1 litro de leche
1 cucharita sal

Ingredientes 1/2
taza cebolla finamente
picada

2 cucharas mantequilla
con sal

1 cucharita aceite
1 cucharilla ajinomoto
2 cucharas maizena
disuelta en 1 taza de
agua

1 1/2 cucharilla polvo
curry

1 taza crema de leche

Ingredientes

1 pollo de 1 1/2 a 2
kilos
1 cucharita sal molida
1 /2 litro de
agua

2 tazas de cebolla
1 /2 tazas de
aceite

2 tazas de tomate
2 cucharas de ají
molido
1 cucharita de orégano
desmenuzado 1
cucharita de perejil
picado
caldo donde coció el
pollo

POLLO AL CURRY

Preparación.- Corte el pollo en 7 presas, eliminando los huesos del tórax y remoje en la leche, ajo picado y la cuchara de sal por lo menos 3 horas. Escorra las piezas y revuelva en la mezcla de pan molido, polvo curry, ajinomoto y sal. Luego, colóquelas en una charola para horno, previamente enmantequillada. Para una buena cocción, ponga al horno recién encendido hasta que caliente a 200 grados, para que salgan doradas, cocidas y jugosas. Manténgalas calientes hasta el momento de servir, acompañadas de la siguiente salsa:

SALSA CURRY

Preparación.- Dore la cebolla en una sartén con la mantequilla y aceite. Disuelva el curry, sal y maizena en la taza de agua, agregando todo a la cebolla dorada. Deje cocer a fuego lento, por espacio de 5 minutos más o menos, removiendo constantemente.

Cuando esté espesa, añada la crema de leche, mezcle aparte del fuego. Mantenga la olla tapada para que no se forme nata. Con esta salsa cubra el pollo y el resto ponga en una salsera. Acompañe con arroz chaufa, ensalada de vainitas, ensalada dulce de betarraga o manzana y papas duquesa.

PASTEL DE CHOCLO CON POLLO

Preparación.- Con la misma receta de la masa de choclo, prepare el pastel de pollo. Enmantegue una lata de horno, vierta en ella 8 tazas de choclo preparado, rellene con el jigote y cubra con el resto del choclo.

JIGOTE

En una olla haga cocer el pollo con la sal y 1/2 litro de agua, hasta que este suave, deshúeselo y pique en cuadrados de 2 1/2 cm. En una sartén, dore el ají en el aceite, adjunte las 2 tazas de cebolla picada en rodajas finas y deje que doren unos 5 minutos. Luego agregue el tomate picado en tajadas, el orégano, perejil y el pollo picado con el caldo en que coció. Deje cocer unos 15 minutos para que tome el gusto de los ingredientes.

Con este preparado cubra la masa de choclo que tiene en la fuente de horno y sobre éste, vacíe las 8 tazas restantes de choclo preparado. Empareje muy bien y ponga al horno a 350 grados por espacio de 55 minutos a una hora, hasta que se dore completamente la parte superior. Sirva caliente como segundo plato, dividido en cuadrados de 10 x 10 cm.

Este libro se terminó de imprimir en Noviembre de 1992
en Editorial “Universo”
Cochabamba - Bolivia