

Recetas de Cocina

PANCITOS DE YUCA

- 2 libras de yuca
- 3 tazas de harina
- 4 huevos
- 1 vaso de natilla
- 1 libra de queso rallado
- 1 cucharada de polvo de hornear
- 2 barras de margarina
- azúcar al gusto



Preparación:

Pele la yuca y la ralla. Revuélvala con la harina y el polvo de hornear. Agregue los huevos batidos, la natilla, el queso rallado, la margarina y el azúcar. Revuelva muy bien esta pasta.

Engrase una cazuela. Haga bolitas con la pasta y las pone en la cazuela. Métales al horno hasta que los pancitos estén dorados.



EMPANADITAS DE MASA Y ATÚN

- 1 libra de masa
- 1 lata de atún
- 4 zanahorias medianas
- 2 onzas de queso rallado
- 1 limón ácido
- 1 cucharada de vinagre
- 2 cucharadas de margarina
- 2 cucharadas de aceite
- sal al gusto

Preparación:

Ralle las zanahorias. Póngales el jugo de limón, el vinagre y un poquito de sal. Desmenuce el atún y lo mezcla con la zanahoria.

Condimente la masa con la margarina, el queso rallado y sal. Haga tortillas pequeñas. Póngales una cucharada ó 2 de la mezcla de atún en el centro y las dobla formando empanaditas. Fríalas en aceite bien caliente.



POLLO BROSTIZADO

- 1 pollo grande
- 1 huevo
- media taza de leche
- 1 taza de harina
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 2 cucharadas de salsa inglesa
- el jugo de media naranja dulce
- sal, pimienta negra, comino y otros condimentos al gusto
- manteca o aceite

Preparación:

Parta el pollo en trozos. Adóbelo con el jugo de naranja y la salsa inglesa. Lo mejor es adobarlo el día antes.

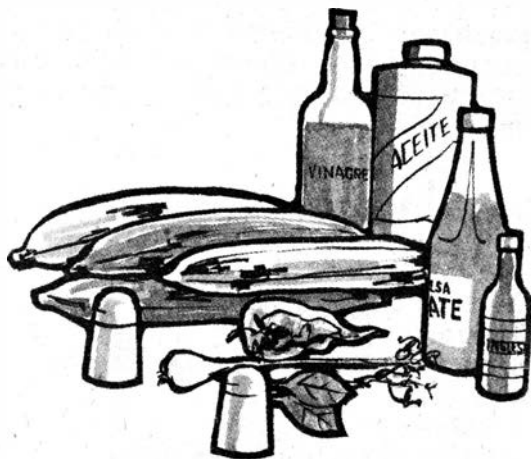
Cuando lo va a preparar, mezcle la harina con el polvo de hornear, sal, pimienta, cominos y otros condimentos. Échela en una bolsa plástica y la sacude para que todo se mezcle bien.

Por aparte, bata el huevo y lo mezcla con la leche.

Seque los pedazos de pollo con un limpión. Páselos por el huevo. Escúrralos un poco y los mete en la bolsa de harina. Cierre la bolsa y la sacude bien para que los pedazos de pollo queden bien cubiertos de harina. Fríalos en suficiente aceite o manteca bien caliente, por 15 ó 20 minutos, hasta que se cocine bien.

PLÁTANOS EN VINAGRETA

- 2 plátanos grandes verdes
- 2 plátanos grandes pintones
- 1 taza de aceite
- media taza de vinagre
- 1 cebolla
- 1 chile dulce o chiltoma
- 1 cucharada de salsa de tomate
- 1 cucharada de salsa inglesa
- 4 hojitas de laurel
- orégano, tomillo y sal al gusto



Preparación:

Cocine los plátanos con cáscara en agua con sal. Una vez cocinados déjelos en la olla hasta que se enfríen.

Parta la cebolla en rodajas finas y el chile dulce en tiritas. Póngalos en un trasto hondo y agrega el aceite, el vinagre, las salsas, las hojas de laurel, el orégano, el tomillo y la sal. Revuelva para que todo se mezcle y déjelo en reposo por media hora. Al cabo de ese tiempo pele los plátanos, pártalos en rodajas y los echa en la vinagreta. Revuelva todo con una cuchara y ya está listo para servir.

Los plátanos no se deben sacar del agua hasta que se van a usar, para que no se pongan duros.

SALSA DE NARANJA CON PIÑA

- 1 taza de piña en pedacitos con su jugo
- 1 taza de naranja en pedacitos con su jugo
- 1 cucharadita de maicena
- un cuarto de taza de azúcar



Preparación:

Mezcle los jugos de las frutas con el azúcar y la maicena. Ponga en una olla las frutas picadas a fuego mediano. Agregue los jugos y mueva la salsa hasta que se vea el fondo de la olla. Esta salsa se puede servir sobre el pudín de arroz o puede servir para hacer un pastel.



PUDIN DE ARROZ

- 3 tazas de arroz cocinado
- 3 tazas de leche
- media taza de azúcar
- 2 huevos
- 2 cucharadas de margarina
- 1 cucharadita de vainilla

Preparación:

Aparte media taza de leche. En una olla ponga a cocinar el resto con el arroz y el azúcar, hasta que quede cremoso.

Bata un poco los huevos y les agrega la media taza de leche que apartó. Saque un poco del arroz de la olla y lo revuelve con los huevos y la leche. Vacíe esta mezcla en el resto del arroz y lo cocina por 12 minutos, moviéndolo constantemente. Bájelo del fuego. Agregue la margarina y la vainilla. Revuelva bien y déjelo enfriar.

TAMAL DE ELOTE

- 15 elotes
- 2 vasos de leche
- 1 taza de harina
- 4 cucharaditas de polvo de hornear
- 4 huevos
- 2 barritas de margarina
- tres cuartos de taza de azúcar
- 1 pizca de sal



Preparación:

Ralle los elotes. Agréguelos la leche y los pasa por un colador. Bata las claras y las agrega a la leche, mezclando bien. Agregue las yemas una a una, sin dejar de batir. Agregue poco a poco la harina, el polvo de hornear y por último la margarina derretida y la pizca de sal.

Engrase un molde y lo espolvorea con harina. Vacíe la mezcla y la mete al horno hasta que dore.

HOJAS DE YUCA CON PAPAS

- 10 ó 15 hojas de yuca
- 5 papas
- 2 cucharadas de manteca
- 1 cebolla pequeña
- 1 chile dulce o chiltoma
- 1 rollo de culantro o cilantro
- sal y pimienta al gusto



Preparación:

Pele las papas y las pica en cuadritos. Póngalas a sudar con la manteca. Pique las hojas de yuca, la cebolla, el chile dulce y el culantro y los agrega a las papas. Póngales sal y pimienta al gusto. Déjelas a fuego lento y tapadas hasta que se cocinen.



SACA DE APUROS

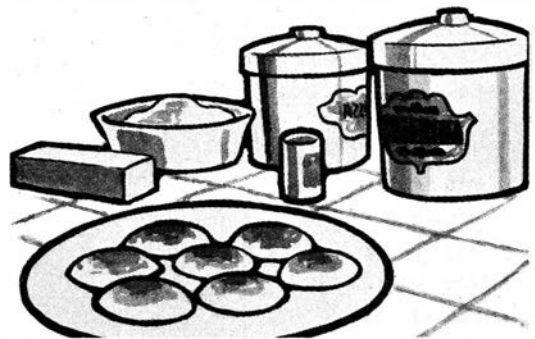
- 1 taza de harina
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 vaso de leche agria
- 1 huevo
- un cuarto de libra de queso rallado
- sal o azúcar al gusto
- manteca

Preparación:

Mezcle la harina con el polvo de hornear. Agregue poco a poco la leche, agua, el huevo batido, el queso rallado y sal o azúcar al gusto. Fría cucharadas de esta mezcla en manteca bien caliente. Se sirven calientes.

PANCITOS RÁPIDOS

- 2 tazas de harina
- 4 cucharaditas de polvo de hornear
- 1 taza de leche
- 1 barrita de margarina
- media cucharadita de sal



Preparación:

En un tazón mezcle la harina, el polvo de hornear y la sal. Añada la margarina y bata con un tenedor hasta que se formen boronas. Agregue la leche poco a poco y mezclando bien para que la pasta quede suave.

Ponga la pasta sobre una tabla cubierta con harina. Estírela suavemente con los dedos hasta dejarla como de un dedo de grueso. Con la ayuda de un vaso corte la pasta en rueditas. Póngalas en una cazuela engrasada. Métalas al horno bien caliente por unos 10 a 15 minutos, hasta que los pancitos se doren.