

Proyecto Recetas

1.Crea una página con el siguiente contenido, con el nombre index.html, a través de la cual se va a acceder al resto de las páginas.Personaliza la página añadiendo un fondo.

Recetas diet

Inicio > Menú > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Aquí encontrará recetas bajas calorías, propuestas por nuestro chef Iván. Pruébelas en nuestros locales o prepárelas usted, y luego nos hace llegar sus comentarios.

- Menú del día
- Especialidades
- Comida ligera
- Variedades.

2.Diseña la página menú.html

Menú

Inicio > Menú > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Aquí podrá encontrar una variedad de comidas,organizadas por categorías, para que conozca el tipo de comida que preparamos.

Encontrará platos para todos los gustos.Los amantes de la cocina italiana, así como los que gustan de las carnes rojas, podrán deleitarse con nuestro variado menú.Por supuesto, tampoco nos olvidamos de aquellos que desean comer saludablemente o son vegetariano.

ENTRADAS | ENSALADAS | CARNES BLANCAS | CARNES ROJAS | PASTAS | POSTRES

3.Diseña la página Entradas.html con lo siguiente:

Entradas y Ensaldas

Inicio > Menú > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Entradas

- Jamón crudo con rusa
- Jamón crudo con ananá
- Muzzarella a la milanese
- Lengua a la vinagreta
- Palmitos con salsa golf

Ensaladas

- Gran Ivaltana
- Waldorf
- New York
- San Diego
- Bahía
- Cancun
- Tropical

ENTRADAS | ENSALADAS | CARNES BLANCAS | CARNES ROJAS | PASTAS | POSTRES

4.Diseña la página Carnesblancas.html con lo siguiente:

Carnes Blancas

Inicio > Menú > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Carnes blancas

- Supremas
 - Con guarnición (fritas, puré, rusa)
 - A la napolitana con guarnición (fritas, puré, rusa)
 - A la suiza
- Pollo al “uso nostro”
- Bocaditos de pollo a la mostaza con papas a la española (para compartir)
- Pollo grille deshuesado al limón con guarnición (1/4 pechuga)

ENTRADAS | ENSALADAS | CARNES BLANCAS | CARNES ROJAS | PASTAS | POSTRES

4. Diseña la página Carnesrojas.html con lo siguiente:

Carnes Rojas

Inicio > [Menú](#) > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Carnes rojas

- Escalopines de ternera al jerez con espinaca a la crema (para compartir)
- Matambrito a la napolitana con guarnición (fritas, puré, rusa)
- Bife de chorizo
 - A caballo (2 huevos)
 - Completo (2 huevos y papas fritas)
- Asado de tira a la parrilla con guarnición (fritas, puré, rusa)
- Cima rellena con guarnición (fritas, puré, rusa)
- Milanesas de ternera
 - Con guarnición (fritas, puré, rusa)
 - A la napolitana con guarnición (fritas, puré, rusa)
 - Parissiene
 - A la pizzaiola
 - Al verdeo
 - Al champignon
 - A la fugazeta

ENTRADAS | ENSALADAS | CARNES BLANCAS | CARNES ROJAS | PASTAS | POSTRES

5.Diseña la página pastas.html con lo siguiente:

Pastas

Inicio > Menú > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Pastas (*arriba*)

- Tallarines
 - Al tuco
 - Parissiene
- Ñoquis de papa caseros
- Ravioles
 - Al tuco
 - Al tuco con estofado
- Capelettis
 - Al tuco
 - A la boloñesa
- Sorrentinos con estofado
- Canelones
 - De verdura y pollo
 - De ricota
- Lasaña rellena (para compartir)

ENTRADAS | ENSALADAS | CARNES BLANCAS | CARNES ROJAS | PASTAS | POSTRES

6.Diseña la página postres.html con lo siguiente:

Postres

Inicio > Menú > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Postres

- Tiramisu
- Tarta de ricotta
- Crêpes de manzana
- Ensalada de frutas
- Flan casero con crema
- Mouse de chocolate
- Tarta de Queso
- Pudding de Manzana
- Cuajada de oveja
- Fruta del tiempo
- Bombones de licor de Galicia

ENTRADAS | ENSALADAS | CARNES BLANCAS | CARNES ROJAS | PASTAS | POSTRES

7.Diseña la página comidaligera.html con lo siguiente:

Comida Ligera

Inicio > Menú > Especialidades > Comida ligera > Variedades

Nuestros platos se elaboran en el momento, para que pueda degustar su sabor, como si los hubiese preparado en la calidez de su hogar. Además, nos ofrecemos a agregarle **su** toque personal, y si nos avisa con tiempo, le podemos preparar el plato que tanto le gusta y no figura en nuestro menú.

- Rissotto con verduras
- Ravioles negros rellenos de salmón rosado
- Salmón con panaché de verduras
- Medallones de lomo con arroz negro
- Tulipas con frutas y helado

7.Diseña la página especialidades.html con lo siguiente:

Especialidades

Inicio > Menú > Especialidades > Comida ligera > Variedades

Aquí encontrará recetas propuestas por nuestro chef Iván. Pruébelas en nuestros locales o prepárelas usted, y luego nos hace llegar sus comentarios.

- Pan de carne
- Budín de berenjenas
- Filete de pescado con salsa de espinaca y queso
- Budín de zanahoria y pescado

Pan de carne *(arriba)*

- 1 Carne picada magra
- 1 Cebolla picada
- 1 Ají picado
- 1 Zanahoria rallada
- Perejil picado
- 1 Manzana rallada
- 1 cda. postre de germen de trigo

1 Clara de huevo
Sal, pimienta y otros condimentos.

Mezclar los ingredientes, colocarlos en una fuente lubricada con rocío vegetal, cocinar en horno moderado durante 25 a 30 minutos.

Pudín de berenjenas *(arriba)*

1 Berenjena
 $\frac{3}{4}$ taza de leche descremada
2 hojas de Laurel
1 Huevo batido
3 cdas. Ricotta descremada
1 cda. Germen de trigo
Sal, pimienta y nuez moscada

Pelar la berenjena y cortarla en daditos. Colocar en una cacerola junto con la leche y el laurel, hervir hasta que estén casi desechas. Retirar la cacerola del fuego, entibiar y mezclar la ricotta y el huevo. Agregar germen de trigo. Sazonar, retirar el laurel. En un recipiente para horno colocar rocío vegetal y pan rallado espolvoreado. Verter en el molde la preparación de la berenjena. Cocinar a baño María en horno caliente, hasta que este dorado, firme y los costados se separen del molde. Retirar, desmoldar y servir frío o caliente.

Filete de pescado con salsa de espinaca y queso *(arriba)*

Pescado
Jugo de 1 limón
 $\frac{1}{4}$ de Cebolla picada
150 grs. Espinaca
30 gr. Queso unttable descremado
1 Clara de huevo
Nuez moscada, comino, pimienta y sal.

Precalentar el horno moderadamente. Limpiar el filete y lavarlo con agua fría. Secarlo y acomodarlo en una asadera para horno. Condimentar con pimienta y rociar con jugo de limón. Esparcir arriba cebolla picada. Tapar la asadera con papel aluminio y llevarlo al horno de 8 a 10 minutos. Mezclar la espinaca picada con el queso unttable, la nuez moscada y la pimienta. Batir la clara hasta que forme espuma consistente (sin llegar a la firmeza del punto nieve) y mezclarla con la preparación de espinaca y queso. Retirar el pescado del horno, destaparla e incorporar la mezcla obtenida sobre el filete de merluza. Volver a poner la asadera en el horno y completar la cocción 15 minutos más.

Pudín de zanahoria y pescado *(arriba)*

Pescado
1 Zanahoria hervida

1 Ají rojo
1 Clara de huevo
1 Cebolla
2 cdas. Ricotta descremada
Sal, pimienta y nuez moscada.

Licuar la zanahoria con la cebolla, ají y la clara. Agregar la ricotta y el pescado picado, condimentar. Colocar la preparación en molde rociado con spray vegetal y cocinar en horno moderado durante 1 hora. Desmoldar y servir.

Nota: Los textos donde pone arriba son anclas.

8.Diseña la página variedades.html con lo siguiente:

Variedades

Inicio > [Menú](#) > Especialidades>Comida ligera>Variedades

Carnes blancas

- Cerdo con hojaldre
- Carpaccio de Buey.
- Ternera a la albahaca.
- Begara Guipuzcua.

Cerdo con hojaldre (arriba)

Ingredientes:

- 1 bloque de masa de hojaldre congelada,
- 2 riñones de cerdo,
- 700 gr. de carne de cerdo,
- 1 cebolla,
- 30 gr. de mantequilla,
- 4 cucharadas de aceite,
- 1 huevo,

- harina,
- salsa Worcestershire,
- caldo,
- sal,
- pimienta.

Método: Descongelar la masa a temperatura ambiente. Picar la cebolla y dorarla en el aceite en una cacerola. Incorporar la carne troceada y rehogarla. Bañarla con un vaso y medio de agua caliente y dejarlo cocer durante 1 hora.. Unos minutos antes de retirar la carne, trocear los riñones y saltearlos a fuego vivo, en una sartén y sin condimento para que expulsen el líquido. Escurrirlos y añadirlos a la carne. Dejar cocer el conjunto durante algunos minutos. Sazonarlo con sal y pimienta y rociarlo con abundante salsa Worcestershire. Amasar la mantequilla con una cucharada de harina y mezclarlo bien con la preparación anterior para que espese. Colocar el quiso en un recipiente de horno, alto y redondo y cubrirlo con la masa de hojaldre. Recortas la masa sobrante y apretar los bordes contra el molde. Pintar la superficie con el huevo batido, adornarla con los restos de masa, pinchar la masa para que salgan los vapores interiores. Hornear durante 45 minutos a 180° C.

Carpaccio de buey (arriba)

Ingredientes para 4 personas

solomillo de buey(trozo), 350 gramos,aceite de oliva, 4 cucharadas,cebolla(finamente picada), 1 unidad queso parmesano(loncha fina), 50 gramos,sal, al gustopimienta molida, al gusto.

ELABORACIÓN

Envolver la carne en una hoja de plástico transparente apretándolo bien para que la carne tome forme redondeada e introducirla en el congelador hasta que esté prácticamente congelada.

A continuación, retirar el paquete del congelador, desenvolverla y cortarla en lonchas muy finas con un cuchillo bien afilado o con una máquina de cortar fiambre. Repartir la carne en 4 platos, colocarla bien extendida, taparla con un plástico transparente, dejar reposar en el frigorífico hasta el momento de servir.

Por último, retirar los plásticos y sazonar la carne con sal y pimienta. Poner en el centro de cada plato un montoncito de cebolla, repartir el queso en los platos y servir

Ternera a la albahaca (arriba)

Ingredientes:

1 kg. de morcillo de ternera en dados
100 gr. de tocino ibérico fresco
12 cebollitas francesas
3 zanahorias
1 diente de ajo
1 vaso de vino blanco
1 vaso de caldo
1 manojo de albahaca
2 cucharadas de tomate concentrado
8 cucharadas de aceite
1 cucharada de harina
sal
pimienta

Pasos a seguir:

1. Salpimentar la carne. Raspar y lavar las zanahorias y cortarlas en rodajas. Pelar las cebollitas. Pelar el ajo. Cortar el tocino en dados.
2. Calentar 3 cucharadas de aceite en una cazuela y dorar el tocino, las zanahorias y las cebollitas. Retirar y reservar.
3. En el mismo aceite, dorar la carne a fuego vivo por todos lados, espolvorear con la harina, mezclar, dejar que se tueste ligeramente y regar con el caldo.
4. Disolver el tomate concentrado en el vino, añadir a la cazuela, tapar y cocer 40 minutos. Incorporar las verduras y los dados de tocino a la carne. Rectificar de sal y cocer 20 minutos más. Comprobar el punto y continuar la cocción si fuera necesario.
5. Triturar el ajo y la albahaca con el aceite restante y añadir a la cazuela. Mezclar y servir de inmediato.

Trucos:

Las cebollitas se pelan sin dificultad si se escaldan unos minutos en agua hirviendo.

Vino:

Un tinto joven de la Denominación de Origen del Bierzo, de uva mencia, suave y ligero acompañará de maravilla la suave carne de la ternera.

Begara Guipuzcoa (arriba)

Ingredientes para 4 personas.

- 600gr. de solomillo/lomo de canguro.
- 500gr. de hongo fresco.
- 1 zanahoria pequeña cocida.
- 150gr. de vainas cocidas al dente.
- Vaso de vino blanco y vaso de salsa española.
- 1 cucharada colmada de harina, y sal gorda.

Elaboración :

Dorar el canguro en aceite muy bien por todo alrededor. Retiramos y en el aceite saltea las setas y los doramos bien. Añadimos la harina y después el vino blanco y la salsa española. Reducimos a consistencia de napa y rectificamos de sal. Añadimos en el ultimo momento las verduras cortadas en cuadraditos. Esta salsa la ponemos en la base de plato y sobre ella colocamos el canguro fileteado y abierto y con un toque de sal gorda por encima. BUEN PROVECHO!

ENTRADAS | ENSALADAS | CARNES BLANCAS | CARNES ROJAS | PASTAS |
POSTRES