

# PracticaDos

## Recetario

- Comidas

- 1. Sopa

- Ingredientes

- 1. 1 sobre de sopa fideos
      - 2. 3 jitomates
      - 3. 1/4 cebolla
      - 4. 1 ajo
      - 5. sal al gusto
      - 6. 1/2 agua
      - 7. sazónador de caldo de pollo

- Instrucciones

- 1. Licua los jitomates, la cebolla, el ajo y una pizca de sal hasta obtener una salsa sin grumos. Reserva
        - 2. En una olla caliente el aceite y dora la pasta de fideos hasta que tenga un color dorado, mueve constantemente sin que se queme. Cuando esté en un tono uniforme agrega la salsa incorpora bien
        - 3. Deja que hierva por 5 minutos y agrega el sazónador. Agrega el agua y deja cocinar por 35 minutos



sopa

- 2. spaghetti

- Ingredientes

- 1. 200g de espagueti
      - 2. 2 cucharadas de sal
      - 3. 1 lata media crema
      - 4. 5 jitomates.
      - 5. 1 trozo cebolla
      - 6. 1 diente de ajo
      - 7. 1 cubo de consomé de pollo

- Instrucciones

- 1. Hierve 2 litros de agua y, cuando esté en su punto, agrega 2 cucharadas de sal
        - 2. Retira del fuego, cuele la pasta y desecha el agua
        - 3. Hierve el puré de jitomate a fuego lento y añade la crema, la mantequilla y el cubo sazónador.
        - 4. Vierte el espagueti en la salsa y mézclala



spagueti

- 3. Pasta al queso

- Ingredientes

- 1. 1 taza de agua
      - 2. 1 leche evaporada carnation
      - 3. 1 lata media crema
      - 4. 2 paquetes queso crema
      - 5. 1/2 Cucharadita Sal con cebolla en polvo
      - 6. 1/2 Cucharadita Sal con cebolla en polvo
      - 7. 1/4 Taza Perejil fresco picado

- Instrucciones

- 1. Licúa la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el agua, el queso crema y la sal con cebolla en polvo; cocina a fuego bajo por 15 minutos o hasta que espese ligeramente, mueve constantemente para evitar que se pegue; retira del fuego
        - 2. Sirve la pasta caliente, baña con la salsa de queso y espolvorea con perejil picado.
        - 3. Recuerda que 1 envase de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® de 360 g es equivalente a 1 lata de 360 g, con la cremosidad de siempre



pasta al queso

## 4. Flautas ahogadas en salsa boraccha

## ■ Ingredientes

1. Unidades Tortillas de maíz para flautas, calientes
2. 500 Gramos Barbacoa deshebrada, para las flautas
3. 2 Piezas Chile pasilla sin semillas y remojados en agua caliente, para la salsa
4. 1 1/2 Pieza Chile ancho sin semillas y remojados en agua caliente, para la salsa
5. 3 Piezas Chile de árbol seco sin semillas y remojados en agua caliente, para la salsa
6. 3 Piezas Jitomate para la salsa
7. 1/4 Pieza Cebolla para la salsa
8. 1 Pieza Ajo diente , para la salsa
9. 2 Cubos Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE® para la salsa
10. 1 Taza Pulque para la salsa, o cerveza
11. 1 Botella Media Crema NESTLÉ® (190 g) refrigerada (190 g), para la salsa
12. 1/2 Taza Queso Panela rallado, para la salsa

## ■ Instrucciones

1. Rellenar  
Para las flautas, rellena las tortillas con un poco de barbacoa y enróllalas; asegura con un palillo y fríe en el aceite caliente.
2. Licuar  
Para la salsa, licúa los chiles con los jitomates, la cebolla, el ajo y el Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®; vierte en una olla, agrega el pulque y calienta por unos minutos.
3. Sirve  
los tacos dorados en un plato, báñalos con salsa y decora con Media Crema NESTLÉ® y queso fresco. Ofrece.



Flautas ahogadas en salsa boraccha

## 5. Chuletas

## ■ Ingredientes

1. 2 Tazas Agua , para la salsa
2. 1 Cucharadita Salsa Tipo Inglesa CROSSE & BLACKWELL® (290 ml) , para la salsa
3. 1 Cucharadita Sazonador Líquido MAGGI® , para la salsa
4. 1 Cucharadita Sal con cebolla en polvo , para la salsa
5. 200 Gramos Ciruelas pasas , para la salsa
6. 2 Piezas Chile guajillo sin semillas y remojados en agua caliente, para la salsa
7. 2 Piezas Chile ancho sin semillas y remojados en agua caliente, para la sala
8. 3 Cucharadas Aceite de maíz , para las chuletas
9. 500 Gramos Chuleta de cerdo deshuesada
10. 1 Cucharada Mantequilla, salada , para las papas
11. 2 Piezas Papa cocidas, para la guarnición
12. 6 Ramitas Perejil fresco desinfectado y picado finamente, para las papas

## ■ Instrucciones

1. Licúa  
Licúa el agua, la Salsa Tipo Inglesa CROSSE & BLACKWELL®, el Jugo MAGGI®, la sal con cebolla, las ciruelas y los chiles. Calienta la salsa hasta que espese ligeramente, moviendo constantemente para evitar que se pegue.
2. Fríe  
Calienta el aceite y fríe las chuletas; baña con la salsa, reserva
3. Sazona  
Funde la mantequilla, incorpora las papas, la sal con ajo y el perejil. Ofrece con las chuletas y disfruta.



Chuletas

## • Postres

## 1. Galletas de chocolate

## ■ Ingredients

1. 1 1/2 Barra Mantequilla a temperatura ambiente (90 g c/u)
2. 1 Lata Leche Condensada LA LECHERA®
3. 1 Pieza Huevo
4. 2 1/2 Tazas Harina de trigo
5. 1 Cucharadita Polvo para hornear
6. 1 1/2 Barra Chocolate semiamargo

## ■ instrucciones

## 1. Batir

Horno precalentado a 180 °C Bate la mantequilla hasta que esponje, agrega la Leche Condensada LA LECHERA® y el huevo hasta integrar completamente, añade poco a poco la harina junto con el polvo para hornear previamente pasados por un colador y por último el chocolate en trozos.

## 2. Colocar

En una charola cubierta con papel encerado coloca un poco de la mezcla anterior con ayuda de una cuchara y refrigera por 20 minutos.

## 3. Retirar

Hornea a 180 °C por 15 minutos o hasta que las orillas estén doradas. Retira del horno, enfría, ralla con el chocolate fundido, deja secar y ofrece.



Galleta de chocolate

## 2. pastel carlota de limon

## ■ Ingredients

1. 1 Lata de Leche Condensada LA LECHERA®
2. 1 Lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
3. 1 Paquete de Queso crema a temperatura ambiente (190 g)
4. 1/2 Taza de Jugo de limón colado
5. 1 Sobre de Galletina (7 g) hidratada en 1/4 taza de agua y disuelta a baño María
6. 30 Galletas Marías
7. 1/4 Taza de Crema batida
8. 1 Limón (su ralladura)
9. 1 Limón (su cáscara cortada en espiral)
10. 5 Galletas mini Marías

## ■ instrucciones

## 1. Licúa

Licúa la Leche Condensada LA LECHERA® con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el queso, agrega poco a poco el jugo de limón y la galletina disuelta.

## 2. Vierte

Forra el fondo de un aro de 22 cm de diámetro para pastelería con papel aluminio, la orilla con acetato y colócalo en una charola.

Vierte un poco de la mezcla anterior en el fondo y cubre las paredes del molde con galletas; coloca una capa de galletas, un poco de la mezcla de limón y repite hasta terminar con los ingredientes.

## 3. Ofrece

Cubre con plástico adherente y refrigera por 1 hora o hasta que esté firme. Desmolda, decora con la crema batida, la ralladura, los espirales de limón y las galletas mini Marías. Ofrece.



## Pastel carlota de limon

## 3. Gelatina de mazapan

## ■ Ingredients

1. 1 Lata de Leche Condensada LA LECHERA®
2. 1 Lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
3. 1 Lata de Media Crema NESTLÉ®
4. 6 Piezas de Mazapán de cacahuete (28 g c/u)
5. 1/2 Taza de Agua
6. 3 Sobres de Grenetina (7 g c/u), hidratada en 1/4 taza de agua y disuelta a baño María
7. 1 Taza de Nuez caramelizada, picada
8. 1 Limón (su ralladura)
9. 1 Taza de Fresas desinfectadas y cortadas a la mitad
10. Hojas de Menta fresca desinfectadas

## ■ instrucciones

1. Licúa  
Licúa la Leche Condensada LA LECHERA® con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, la Media Crema NESTLÉ®, el mazapán y el agua.
2. Refrigera  
Sin dejar de licuar, añade la grenetina previamente disuelta; vierte en un molde previamente engrasado y refrigera hasta que cuaje.
3. Sirve  
Desmolda y decora con un poco nuez, fresas y menta.



gelatina

## 4. flan napolitano

## ■ Ingredients

1. 3/4 Taza de Azúcar refinada
2. 1 Lata de Leche Condensada LA LECHERA®
3. 1 Lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
4. 1 Paquete de Queso crema a temperatura ambiente (190 g)
5. 1/2 Taza de Agua
6. 5 Huevos
7. 1 Cucharada de Esencia de vainilla

## ■ instrucciones

1. Calienta  
Horno precalentado a 180 °C. Vierte el azúcar en una flanera y calienta a fuego medio para que se forme el caramelo; ladea con cuidado el molde para cubrir la superficie y las paredes.
2. Cocina  
Licúa la Leche Condensada LA LECHERA® con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el queso crema, los huevos y la esencia de vainilla. Vierte la preparación en la flanera y tapa con papel aluminio sellando las orillas. Coloca en un recipiente y cocina a baño María en el horno a 180 °C durante 1 1/2 horas.
3. Sirve  
Retira del fuego y deja enfriar por completo; desmolda y sirve..



flan

5. Pastel de chocolate

- Ingredients
  - 1. 1 Taza de Aceite de maíz
  - 2. 2 Tazas de Harina para hot cakes
  - 3. 1 Lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
  - 4. 1/2 Cucharadita de Canela molida
  - 5. 1 Taza de Chocolate ABUELITA Granulada
  - 6. 5 Huevos
  - 7. 2 Paquetes de Queso crema a temperatura ambiente (190 g c/u)
  - 8. 4 Cucharadas de Mantequilla a temperatura ambiente
  - 9. 1 Taza de Chocolate ABUELITA Granulado
  - 10. 1/2 Taza de Frutos rojos
  - 11. 1 Ramita de Menta fresca desinfectada
- instrucciones
  - 1. Hornea  
Horno precalentado a 180 ° C. Para el pastel, coloca en el tazón de una batidora una taza de Leche Evaporada CARNATION CLAVEL con los huevos, el aceite, la harina para hot cakes y la canela previamente pasados por un colador y una taza de Chocolate ABUELITA Granulado, bate hasta integrar. Vierte la mezcla en un molde de 25 centímetros de diámetro previamente engrasado y enharinado; hornea a 180 °C por 30 minutos o hasta que al insertar un palillo en el centro este salga limpio. Desmolda y deja enfriar.
  - 2. Bate  
Para la crema de chocolate, bate el queso crema con la mantequilla y una taza de Chocolate ABUELITA Granulado hasta integrar por completo y refrigera por 20 minutos.
  - 3. Presenta  
Unta la crema sobre el pastel hasta cubrir por completo y decora con los frutos rojos y la menta. Ofrece.



Pastel de chocolate

| Nombre                             | Aportacion       | Unidad | Cantidad |
|------------------------------------|------------------|--------|----------|
| Sopa                               | proteina         | gramos | 2,7      |
| spaghetti                          | Energia          | Kcal   | 374      |
| Pasta al queso                     | Fibra            | gramos | 1,9      |
| Flautas ahogadas en salsa boraccha | Grasas saturadas | gramos | 14,57    |
| Chuletas                           | Azucares         | gramos | 9,22     |
|                                    |                  |        |          |

|                           |            |        |               |
|---------------------------|------------|--------|---------------|
| Galleta de chocolate      | Azucars    | gramos | 9,22          |
| Pastel de carlotade limon | Azucars    | gramos | 28,32         |
| Gelatina de mazapan       | Fibra      | gramos | 0,30          |
| Galleta de chocolate      | Proteina   | gramos | 11,32         |
| Pastel de chocolate       | Vitamina C | gramos | 0.002         |
|                           |            |        | total :442,35 |