

# Tiramisú

Ingredientes:

Café

5 huevos

500 g de queso Mascarpone

Entre 1 y 2 paquetes de galletas

10 cucharadas soperas de azúcar

Una tabletita pequeña de chocolate negro

- Hacer café como para llenar un plato hondo con él
- Separar las claras de las yemas
- Montar las claras usando una batidora hasta que parezca espuma
- Batir las yemas con el azúcar hasta que quede espeso
- Rayar el chocolate negro en trocitos no demasiado pequeños
- Juntar las claras, las yemas, el chocolate y el mascarpone y mezclar para hacer la crema. Es conveniente comenzar batiendo a mano y luego seguir con la batidora para evitar que haya grumos de queso
- Sumergir una a una las galletas en el café, de forma que se empapen pero no se rompan, y ponerlas en la bandeja apretaditas
- Cubrir con una capa de crema
- Repetir los dos últimos pasos tantas veces como se quiera
- Cubrir con film transparente y ponerla en el canguelador, esperar al menos una noche.

## Helado de turrón/fresa

Ingredientes: 4 huevos

2 vasos de leche

1 vaso de azúcar

1 brick de 200 gr. de nata líquida

Turrón: 1 tableta de turrón de Jijona

Fresa: 1 Kg de fresas

- Batir con la batidora huevos, leche, azúcar y turrón/fresas
- Meter al congelador
- Antes de que se congele (alrededor de 3 h) dejar que se ablande, añadir la nata líquida y batir
- Meter al congelador
- Al cabo de un tiempo volver a sacar hasta que se ablande y batir nuevamente
- Congelar definitivamente

## Revuelto de morcilla

Ingredientes: 2 morcillas de cebolla

1 manzana

1 huevo

- Cocer las morcillas
- En una sartén, pochar la manzana cortada en trocitos
- Mezclar la morcilla con la manzana en la sartén y freír
- Bajar el fuego, y añadir el huevo
- Batir constantemente hasta conseguir

# Pannenkoeken

Ingredientes para 4-5 pancakes de 12 cm:

250 g de harina

5 g de sal

1 huevo

10 g de levadura

450 ml de leche

mantequilla

- Mezclar harina y sal
- Hacer un pequeño hueco en la mezcla y poner el huevo
- Mezclar la levadura con un poco de la leche caliente y ponerlo junto a la mitad de la leche templada en el agujero
- Mezclar con una espátula desde el agujero hasta obtener una mezcla viscosa
- Ir añadiendo el resto de la leche poco a poco
- Cubrir con algo y dejar reposar una hora (no en frío)
- Por cada pancake, poner algo de mantequilla, esperar a que se derreta y echar la mezcla
- Cuando empiecen a salir muchas burbujas, dar la vuelta

Se pueden añadir muchos ingredientes.

Por ejemplo, para jamón y queso, ~~añadir~~ ponerlo primero en la sartén y freírlo un poco. Luego añadir la mezcla.

Para frutas: es mejor espesar al final para ponerlas.

PD: En Holanda, se puede comprar la mezcla ya hecha.

# Quiche

## Ingredientes:

base: 200 g de harina

100 g de mantequilla

1 1/2 cucharadas de sal

80 ml de leche

dentro: huevos x 3

1 1/2 vaso de leche (alrededor de 300 ml)

100 ml de nata líquida

Lorraine: 500 g de bacon

100 g de queso Emmental (o Gruyère)

pimienta negra

nuez moscada

Espinacas: 200 g de espinacas frescas en hoja

50 - 100 g de tomates desecados

sal

pimienta negra

## Para la base:

- derretir un poco la mantequilla
- Mezclar harina y mantequilla con la mano
- Mezclar la leche poco a poco con la mano, hasta conseguir una bola
- Sobre bakpapier, aplanar la masa hasta que quede muy fina
- Poner la masa sobre el recipiente y cortar la masa y el papel sobrante (dejar sobresalir un poco el papel para luego poder tirar de él)
- Con un tenedor, hacer agujeros por todos los lados
- Poner en el horno a 200 °C de 15 a 30 minutos

Lo de dentro:

- Batir los huevos hasta que salga espuma
- Añadir nata y batir
- Añadir leche y batir
- Si queda espeso, añadir media cucharada sopera de harina y mezclar para no tener grumos

Lorraine

- Freir bacon
- Añadir a la mezcla de dentro la nuez moscada, la pimienta y el queso rallado
- Poner bacon sobre la base
- Echar la mezcla sobre él
- En cualquier caso, meter al horno a 200 °C 40 minutos

Espinacas

- Calentar espinacas con un poco de agua
- Añadir sal y pimienta a la mezcla
- Cortar los tomates en láminas
- Poner espinacas y tomate en la base y añadir la mezcla

Otras ideas para el relleno: puerro

pimientos

pollo

# Tarta de manzana

## Ingredientes:

masa: 1 taza de harina  
1 cucharadita de azúcar  
Una pizca de sal  
75 g de mantequilla  
3 cucharadas de agua helada

relleno: de 3 a 4 manzanas  
2 cucharadas de mantequilla derretida  
3 cucharadas de azúcar

## relleno

holandés: manzanas  
canela  
ciruelas pasas  
maízena

- En un recipiente ancho, colocar harina, azúcar, sal y mantequilla fría cortada en trozos
- Unir con los dedos harina con mantequilla
- Añadir agua helada y unir con ayuda de un tenedor
- Amasar con las manos
- Si está muy seca, añadir otra cucharada de agua
- Hacer una bola y dejar reposar una hora
- Dejar reposar la masa para que pierda el fito
- Extender y colocar en un molde de Ø 25 cm.
  
- Pelar y cortar las manzanas en finas láminas
- Si es estilo holandés, añadir todo lo demás y mezclar
- ~~Doblar~~
- Poner sobre la masa y doblar bordes sobrantes
- Pintar con un pincel la mantequilla derretida sobre la tarta
- Hornejar 45 min. a 200 °C

# Laca cheese

## Ingredientes:

base: 240 g de cookies con chips de chocolate

40 g de mantequilla

relleno: 250 ml de nata

300 g de philadelphia

100 g de azúcar

4 yemas de huevo

15 g de gelatina (colas de pescado)

dos paquetes pequeños de cookies

lacasitos o gotitas de chocolate

- Poner a remojo las hojas de gelatina en agua fría
- Machacar bien las cookies. Deben quedar trozos muy desechos y otros no tanto
- Añadir la mantequilla y mezclar bien
- Poner en la base y dejar en el frigorífico para que solidifique
- Aparte, batir el queso para ponerselo cremoso
- Aparte, batir nata con 50 g de azúcar, sin llegar a montar del todo  
A medio montar, añadir el queso y mezclar
- Mezclar yemas con el resto de azúcar y meter 30 s en el microondas a máxima potencia. Habrá duplicado o triplicado su tamaño
- Añadir colas de pescado (gelatina) bien escurridas a las yemas calientes y batir hasta deshacer la gelatina. Luego mezclar con el resto
- Añadir cookies pequeñas a la mezcla, rápidamente
- Ponre todo en el molde
- Echar por encima los lacasitos o las lágrimas de chocolate.

## Torrijas

Ingredientes:

- pan del dia anterior
- leche
- canela
- rayadura de limón
- aceite y huevo

- Calentar la leche con canela y limón
- Batir los huevos
- Cortar el pan en rebanadas gordas
- Poner el aceite a calentar hasta que esté muy caliente,
- Meter cada rebanada en leche, poner huevo y freír
- Servir espolvoreadas de azúcar

## Lentejas

¡Receta de mama!

Ingredientes:

- 500 g de lentejas a remojo
- chonzo
- panceta salada
- patata y zanahoria
- tomate, ajo y cebolla

- Sofreir tomate, ajo y cebolla hasta que se quede muy dorado
- Freír un poco el chonzo y la panceta
- Añadir las lentejas y la zanahoria en rodajas
- Añadir agua hasta cubrir
- Poner a fuego lento
- Un rato después añadir las patatas (si no, se deshacen)

# Potaje con panecetes

¡Receta de abuela!

## Ingredientes:

panecetes: huevos

sal

ajo picado

potaje: patatas

garbanzos

perejil

agua

pan rallado

espinacas

bacalao

- Batir los huevos con la sal
- Añadir ajo picado y perejil
- Añadir agua y pan rallado para espesar
- Hacer bolas y freír
- Poner a cocer con el resto del potaje

## MOVIES THAT MATTER



Voor als je films wilt zien  
die écht ergens over gaan.



- Maandelijks film en debatprogramma door het hele land
- Movies that Matter Festival - Den Haag 24/30 maart 2011
- DVD-serie 'De Verdieping van Movies that Matter'
- Human rights-filmprogramma op IDFA

[WWW.MOVIESTHATMATTER.NL](http://WWW.MOVIESTHATMATTER.NL)

Speciale studententarieven

AMNESTY  
INTERNATIONAL

NATIONALE  
DOEN  
POSTCODE  
LOTERIJ

Hivos  
Oncdo  
CINEMANIA



# TRES POLLOS

¡Recetas de abuela y mamá!

## A la Basilia

Ingredientes: perejil u orégano  
huevos

leche

dientes de ajo

... y pollo (filetes de pechuga)

- Machacar el ajo junto al perejil u orégano
- Juntar con un huevo batido y un chorreón de leche
- Poner pechugas de pollo a macerar durante un día
- Luego empanar los filetes de pollo y freir

## Al horno

Ingredientes: patatas  
cebolla

... y pollo (cuartos traseros)

- En una bandeja de horno poner un poco de aceite y sobre ello patatas en rodajas, cebolla en rodajas y los cuartos de pollo
- Poner en el horno a 200 °C
- Si se seca demasiado, echar un poco de agua

## A la cerveza

Ingredientes: hanna

una lata de cerveza

... y pollo (muslos)

- Sofreir los muslos con un poco de hanna.
- En una cacerola poner los muslos junto al aceite de freir, una lata de cerveza, la misma cantidad de agua y un puñado de harina.

# Arroz caldoso

Ingredientes: arroz (2 tazas agua / 1 arroz) x persona  
judías verdes  
1-2 tomates o tomate triturado  
1 pimiento rojo  
carne (mejor pollo, si no, ternera)

- Cortar pimiento en tiras, las judías y sofreír hasta dorar en una sartén
- Añadir el tomate y sofreír 2 o 3 minutos más
- Añadir la carne al sofrito (sólo dorar)
- Poner a hervir lo de la cazuela con el agua unas 20-25 min
- Cuando empiece a hervir, tirar el arroz 6 min. justo

# Arroz al horno

Ingredientes: patatas carne  
garbanzos butifarra  
tomate (entero) ajo  
arroz (2 tazas agua / 1 arroz) x persona

- Sofreír carne, ajo y butifarra un poco
- Quitar butifarra y ajo
- Poner a hervir la carne, y los garbanzos con el agua unas 25 min
- Cuando esté, poner en la cazuela

tomate butifarra ajo patata  
arroz  
lo que has hervido  
y meter al horno unos 25-30 min.

## Bomboncitos

Ingredientes: galletas Oreo  
queso crema (Philadelphia)  
chocolate fundido

- Deshacer las Oreo y juntar con el queso, quedará una masa
- Hacer bolitas de la masa y cubrir con el chocolate fundido
- Meter al congelador y luego al frigorífico

## Pastel de pastor

Ingredientes: 1kg de carne picada  
un par de ajos  
1 bolsa de puré de patata  
queso rallado  
tomate frito

- Poner aceite en una sartén y freir un ajo
- Antes de que el ajo se queme, echar la carne picada y un poco de sal y freír.
- Cuando se fría, mezclar con el tomate
- Hacer el puré de patatas
  - ↳ Truco: echar 1 cucharada sopera de mantequilla  
usar mitad leche y mitad agua en vez de todo agua  
necesita bastante sal
- Poner en un recipiente

queso rallado  
puré patatas  
carne picada

y meter al horno

# Coca

aprendiendo

Ingredientes:

- 1 vaso de aceite
- 1 vaso de cerveza
- harina
- sal
- lo que se quiera para encima

- Mezclar aceite y cerveza con 4 pizcas de sal
- Ir echando y removiendo la harina hasta hacer una masa. Es importante que no sude.
- Extender con el rodillo por una bandeja. Debe quedar fina con el borde un poco gordito.
- Meter en el horno previamente precalentado a 200 °C hasta que esté un poco doradita
- Añadir los condimentos y dejar que se hagan en el horno

## Algunas ideas

- base de tomate + atún y huevo cocido
- base de queso + rúcula y aceitunas

# Berenjenas rellenas

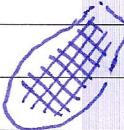
320

## Ingredientes (para 4 personas)

2 berenjenas  
1 cebolla  
2 dientes de ajo  
1-2 pimientos verdes  
carne picada

leche (mejor entera)  
harina  
aceite  
queso rallado  
pan rallado

- Poner el horno a calentar a tope
- Hacer las berenjenas
  - Quitar la parte de arriba
  - Partir por la mitad
  - Por todos lados del interior, hacer cortes con el cuchillo :



(cuadraditos)

- Echar aceite y sal
- Poner sobre aceite y meter en el horno a unos 150°C hasta que lo de dentro quede blandito.
- Mientras se hacen las berenjenas
  - Poner la cebolla cortada en trozos muy pequeños y el pimiento verde en trozos y pochar
  - Cuando esté todo pochado, añadir carne picada y freír
  - Añadir pimienta y sal al gusto
- Cuando las berenjenas estén listas, quitar lo de dentro y añadirlo a la sartén
- Hacer bechamel en esa misma sartén
  - Añadir harina a la mezcla hasta que quede una plasta
  - A eso añadirle poco a poco leche e ir mezclando
  - Añadir ajo en trozos muy pequeños para añadir gusto
- Rellenar berenjenas con la bechamel
- Echar pan y queso rallados por encima
- Poner al horno a unos 150-180°C

# Risotto con hongos

Ingredientes (de 4 a 6 personas)

400 g de arroz superfino

Hongos secos

Media cebolla

1/2 botella de vino tinto

1 poco de perejil

Avecrem de pollo

Aceite

Mantequilla

Queso parmesano

- Hervir el avecrem en agua, normalmente una cazuela mediana con 2,5 bloques de avecrem
- Sofreir el aceite con la cebolla cortada fina
- Añadir el arroz y tostar
- Añadir los hongos (que previamente habremos tenido 2 horas en agua)
- Mezclar todo e ir removiendo, echando poco a poco el vino
- Dejar evaporar el vino
- Añadir el caldo de pollo hasta cubrir el arroz
- Seguir mezclando
- Cuando esté casi evaporado, añadir el resto del caldo de pollo  
Dejar evaporar: debe quedar al dente, con un poco de líquido
- Añadir el perejil, una cucharada de mantequilla y un poco de parmesano y mezclar

## Risotto con espárragos

Similar pero cambiar a vino blanco y cocer el arroz con espárragos trigueros cortados en tacos.