

LIBRO DE RECETAS



ALIMENTOS C
ESPAÑOL



Organizadora do livro
Professora Josiane Pereira Fonseca Chinágua

Diagramação

Ana Beatriz Guelere Ferreira
Isabella Rezende Castro

Autores:

Aila Lorrane Sabadin Leite Anchieta
Alanis de Padua Ferreira Mancini
Ana Beatriz Guelere Ferreira
Angélica dos Anjos Pereira
Beatriz Franco Muniz
Beatriz Salomão Monteiro
Carina Aparecida dos Santos
Caroline Aparecida Botelho
Gabriella de Lelis Godoi
Halisson Felipe Oliveira Miranda
Iris Ferreira
Isabella Rezende Castro
Isadora Aparecida Vieira
Isadora Bernardes Sequalini
Larissa Lopes da Silva
Leticia Helena Sales
Leticia Cristina Silva Gouveia
Livia Gomes de Oliveira
Lucas Henrique Ribeiro
Marcela Eduarda Fernandes de mouro
Maria Eduarda de Lima
Maria Eduarda Franco
Mariana Lorena Silva Cabral
Mario Gabriel de Souza Tomaz
Vitoria Cristina de Alencar

ALFAJOR – ARGENTINA

Alunas:

Ingredientes

De la masa

1 taza (té) de azúcar

2 tazas (té) de almidón de maíz

2 tazas (té) de harina de trigo

1 taza (té) de mantequilla a temperatura ambiente

2 cucharas (té) de esencia de vainilla

1 pizca de sal

3 gemas

Relleno

300 g de dulce de leche

Cobertura

azúcar glas para cubrir

Modo de preparo

En un tazón, bata el azúcar y la mantequilla hasta que quede suave y esponjoso.

Agregue las yemas de huevo y la vainilla y mezcle bien.

Luego agregue la harina de trigo tamizada y la maicena lentamente.

Mezclar bien con la punta de los dedos hasta que quede suave, formando una bola.

Coloque la masa entre dos hojas de papel pergamino y, con la ayuda del rodillo, ábrala hasta que esté muy delgada, aproximadamente 0,5 cm.

Usando un cortador (o una taza), haga círculos de masa.

Coloque estos círculos en un tablero engrasado y enharinado.

Hornee en horno precalentado a 180 ° C hasta que estén doradas.

Retirar del horno y dejar enfriar fuera del refrigerador.

Espalice dulce de leche en cada círculo y únalos, formando un sándwich.

Espolvorea azúcar glas al gusto.

Ingredientes

Da massa

1 xícara (chá) de açúcar

2 xícaras (chá) de almidão de milho

2 xícaras (chá) de farinha de trigo

1 xícara (chá) de manteiga em temperatura ambiente

2 colheres (chá) de essência de baunilha

1 pitada de sal

3 gemas

Recheio

300 g doce de leite

Cobertura

Açúcar de confeiteiro para polvilhar

Modo de preparo

Em uma tigela, bata o açúcar com a manteiga até formar um creme homogêneo e fofo.

Adicione as gemas e a baunilha e misture bem.

Em seguida, acrescente a farinha de trigo e o almidão de milho, ambos peneirados, aos poucos.

Misture bem, com a ponta dos dedos, até obter uma massa lisa, formando uma bola.

Coloque a massa entre duas folhas de papel-manteiga e com ajuda do rolo de macarrão, abra-a até ficar bem fina, com aproximadamente 0,5 cm.

Com ajuda de um cortador (ou um copo), faça círculos de massa.

Coloque esses círculos em um tabuleiro untado e enfarinhado.

Leve para assar em forno preaquecido a 180° C até dourar.

Retire do forno e deixe esfriar fora de geladeira.

Passe doce de leite em cada círculo e una-os, formando um sanduíche.

Polvilhe açúcar de confeiteiro a gosto

ARROZ BOLOVIANO – BOLÍVIA

Ingredientes

1,2 kg de arroz
1 kg de carne molida (magra)
2 kg de papa
2 latas de guisantes
2 latas de elote verde
1 dz de plátano de la tierra
50 g de queso parmesano rallado
2 cebollas
1 chile
350 g de extracto de tomate
Sal a gusto
3 dientes de ajo
1 docena de huevos
2 tazas de té
100 g de mantequilla
Limón y tomate

Modo de preparo

Cocine el arroz por separado.
Sazone la carne con sal, ajo y limón.
Saltee y agregue pimientos, cebollas, tomates, extractos de tomate, guisantes y maíz verde.
Dejar freír y agregar agua.
Cocine ½ docena de huevos.
Fríe las papas y las bananas en rodajas.
Coloque en un refractario en capas el arroz, la salsa de carne, las papas fritas y las papas fritas.
Repita las capas, luego ponga los huevos duros encima y queso parmesano rallado.
Hornee por 10 minutos.
Servir a continuación.

Ingredientes

1,2 kg de arroz
1 kg de carne moída (magra)
2 kg de batata
2 latas de ervilha
2 latas de milho verde
1 dz de banana da terra
50 g de queijo parmesão ralado
2 cebolas
1 pimentão
350 g de extrato de tomate
Sal a gosto
3 dentes de alho
1 dúzia de ovos
2 xícaras (chá) de óleo
100 g de manteiga
Limão e tomate

Modo de preparo

Cozinhe o arroz a parte.
Tempere a carne com sal, alho e limão.
Refogue, e acrescente pimentão, cebola, tomate, extrato de tomate, ervilha e milho verde.
Deixe fritar e acrescente água.
Cozinhe ½ dúzia de ovos.
Frite as batatas em forma de palito e as bananas em rodelas.
Coloque em um refratário em camadas, o arroz, molho da carne, batata e banana fritas.
Repita as camadas, em seguida coloque por cima os ovos cozidos em rodelas e queijo parmesão ralado.
Leve ao forno quente por 10 minutos.
Sirva a seguir

ARROZ CON LECHE – EQUADOR

Ingredientes

4 tazas de leche entera
1/2 taza de arroz grano largo
2 clavos de olor
1 palito de canela
1/3 taza de azúcar

Modo de preparo

En una olla de fondo grueso poner a calentar la leche a fuego medio, agregar los clavos de olor y el palito de canela, yo las puse enteras porque no lo quería muy especiado, ustedes le pueden poner medio palito de canela o lo que mas les guste.

Por mientras lavar el arroz en un colador bajo el agua de la llave fría hasta que el agua salga limpia.

Agregar el arroz a la olla de la leche y empezar a revolver, la idea es cocinar el arroz por 30 minutos, hasta que este totalmente cocido y la leche se haya reducido a la mitad mas o menos, no hay que revolver todo el rato, pero yo me quedo en la cocina y lo voy revolviendo cada 1-2 minutos, lo importante es que no se les pegue el arroz al fondo de la olla, la leche no debe estar hirviendo con fuerza, basta con que este bien caliente.

Probar pasados los 30 minutos, si el arroz esta cocido agregar el azúcar y cocinar por 3 minutos más, sacar del fuego y servir tibio o frío al día siguiente, mas rico todavía. Guardar en el refrigerador.

Ingredientes

4 xícaras de leite integral
1/2 xícara de arroz de grãos longos
2 cravinhos
1 pau de canela
1/3 xícara de açúcar

Modo de preparo

Em uma panela de fundo grosso, coloque o leite para aquecer em fogo médio, acrescente o cravo e o pau de canela, eu os coloco inteiro, porque eu não queria muito picante, você pode colocar metade de pau de canela ou o que mais você quiser goste

Por enquanto lavar o arroz em uma peneira sob a água fria da torneira até que a água saia limpa.

Adicione o arroz ao pote de leite e comece a mexer, a idéia é cozinhar o arroz por 30 minutos, até que esteja totalmente cozido e o leite tenha sido reduzido pela metade ou mais, não mexa o tempo todo, mas eu fico na cozinha e mexo a cada 1-2 minutos, o importante é que o arroz não gruda no fundo da panela, o leite não deve estar fervendo forte, é o bastante que está muito quente.

Tente depois de 30 minutos, se o arroz estiver cozido adicione o açúcar e cozinhe por mais 3 minutos, retire do fogo e sirva quente ou frio no dia seguinte, mais rico ainda. Guarde na geladeira.

BUÑUELOS CON MIEL – EL SALVADOR

Ingredientes:

1 taza de agua
1 taza de harina (dividida en 4 partes iguales)
4 huevos grandes
1/2 taza de margarina

Modo de preparo

Poner a hervir el agua con la margarina. Cuando este hirviendo agregue poco a poco la harina, moviendo cada vez que le agregue una porción.

Cuando ya esté incorporada toda la harina, agregar los huevos uno por uno sin dejar de mover o menear la mezcla rápidamente y sin retirarla del fuego hasta que se terminen de agregar todos los ingredientes. Luego, retirar del fuego rápidamente cuando se agregue el último huevo para evitar que se cosan sin dejar de moverlo para darle una consistencia homogénea.

Se deja reposar aproximadamente una hora. Pasado este tiempo, coloque una sartén con abundante aceite a fuego suave y deposite poco a poco cucharaditas de masa. Deberá tener el cuidado que la masa se inflará y deberá separarlas con suficiente espacio. Gire las bolitas para que se doren y se inflen completamente.

Por último sáquelos del aceite y déjelos reposar en papel absorbente y luego sívalos acompañados de la miel que se describe a continuación.

La Miel

Para preparar la miel, puede utilizar azúcar o dulce de panela. Se cocina cualquiera de estos ingredientes en agua hasta lograr el "punto" y con dicha miel se bañan los nuégados de yuca y los buñuelos de huevo.

Ingredientes:

1 xícara de água
1 xícara de farinha (dividida em 4 partes iguais)
4 ovos grandes
1/2 xícara de margarina

Modo de preparo

Leve a água para ferver com a margarina. Quando está fervendo adicione pouco gradualmente farinha, movendo cada vez que você adicionar uma porção.

Quando toda a farinha já está incorporada, adicione os ovos um por um

Sem parar para mover ou agitar a mistura rapidamente e sem removê-lo do calor

Até que todos os ingredientes são terminados acrescentando.

em seguida, retire do calor rapidamente quando o último ovo é adicionado para impedi-los de sowning enquanto ainda movê-lo para dar-lhe uma consistência homogénea.

Deixe ficar por cerca de uma hora. Após este tempo, coloque uma frigideira com abundância de óleo sobre um calor suave e depositar um pouco de colheres de chá de massa.

Deve tomar-se cuidado para que a massa seja inflada e separada com espaço suficiente. Gire as bolas de modo que eles são dorned e completamente inflado.

Finalmente tirá-los do óleo e deixá-los descansar em papel absorvente e, em seguida, servi-los acompanhados pelo mel descrito abaixo.

Mel

Para fazer mel, você pode usar doces de açúcar ou panela. É cozido qualquer um destes ingredientes em água até atingir o "ponto" e com isso Mel, as nozes e bolinhos de ovos são Banados.

CALZONES ROTOS – CHILE

Ingredientes

3 tazas harina cernida
1 1/2 cucharadita polvos de hornear
1/2 taza azúcar flor cernida
2 cucharadas de mantequilla
1 huevo
2 yemas
1 cucharadita de ralladura de cáscara de limón
1 cucharada agua
aceite para freír

Modo de preparo

formar una masa uniendo la harina, polvos de hornear, azúcar flor y los huevos. incorporar la mantequilla ablandada y sobar.

agregar pequeñas cantidades de agua si fuese necesario. uslear en tabla enharinada hasta dejar la masa de 1/2 cm. de grosor. cortar rectángulos de 10 cm. por 5 cm. hacer sobre ellos un corte vertical de unos 3 cm. y pasar un extremo del rectángulo por este ojal.

freír en aceite bien caliente. escurrir, poner en una fuente con papel absorbente y espolvorear con azúcar flor

Ingredientes

3 xícaras de farinha peneirada
1 1/2 colher de chá de fermento em pó
1/2 xícara de açúcar de flor peneirada
2 colheres de sopa de manteiga
1 ovo
2 gemas
1 colher de chá de raspas de limão
1 colher de sopa de água
óleo para fritar

Modo de preparo

Forme uma massa juntando a farinha, o fermento, o açúcar floral e os ovos. incorporar a manteiga amolecida e sobar.

Adicione pequenas quantidades de água, se necessário. Uslear em tábuas enfarinhadas até deixar a massa de 1/2 cm. grosso corte retângulos de 10 cm. por 5 cm faça sobre eles um corte vertical de cerca de 3 cm. e passe uma ponta do retângulo através desta casa de botão.

Frite em óleo quente. escorra, coloque em uma tigela com papel absorvente e polvilhe com açúcar de flores.

CHIPA – PARAGUAI

Ingredientes:

500 g de almidón dulce
3 tazas de queso semicurado cuajado fino (aproximadamente 400 g)
1 cucharadita de sal
2 huevos
1 taza de te
100 g de mantequilla a temperatura ambiente

Modo de preparo

Precalente el horno a 200 ° C (temperatura promedio). Forre 2 bandejas rectangulares grandes con papel de hornear. (Si las bandejas para hornear son antiadherentes, no es necesario forrarlas).

En un tazón, bata ligeramente los huevos con un tenedor, solo para mezclar.

En un tazón grande, mezcle a mano la harina dulce, el queso medio maduro y la sal. Agregue mantequilla, huevos y amase con las manos hasta que se formen migajas gruesas.

Agregue la mitad de la leche y amase nuevamente. Agregue el resto gradualmente y trabaje la masa hasta que salga de los dedos. Advertencia: es posible que no necesite verter toda la leche; Si sobrepasa el punto y se ablanda demasiado, agregue más chispas.

Debido a que algunos quesos son más salados que otros, pruebe y ajuste la sal si es necesario. Separe un trozo de masa del tamaño de una pelota de ping pong. Haga rodar la pelota con las manos, luego hágalo sobre el banco de trabajo limpio y alternativo hasta que forme un rollo de aproximadamente 1,5 cm de grosor. Luego transfíralo a la bandeja para hornear y forma la forma de herradura. Repita el proceso con toda la masa.

Hornee y hornee por 15 minutos o hasta que estén doradas. Servir a continuación.

Ingredientes:

500 g de polvilho doce
3 xícaras (chá) de queijo meia-cura ralado fino (cerca de 400 g)
1 colher (chá) de sal
2 ovos
1 xícara (chá) de leite
100 g de manteiga em temperatura ambiente

Modo de preparo

Pré-aqueça o forno a 200 °C (temperatura média). Forre 2 assadeiras retangulares grandes com papel manteiga. (Se as assadeiras forem antiaderentes, não precisa forrar.)

Numa tigela, bata levemente os ovos com um garfo - apenas para misturar.

Numa tigela grande, misture com as mãos o polvilho doce, o queijo meia-cura e o sal. Junte a manteiga, os ovos e amasse com as mãos, até formar uma farofa grossa.

Adicione metade do leite e amasse novamente. Vá adicionando o restante aos poucos e trabalhe a massa até que desgrude dos dedos. Atenção: talvez você não precise colocar todo o leite; caso passe do ponto, e fique muito mole, junte mais um pouco de polvilho.

Como alguns queijos são mais salgados que outros, prove e ajuste o sal, caso haja necessidade. Separe um pedaço de massa do tamanho de uma bola de pingue-pongue. Faça a bolinha com as mãos e, em seguida, enrole na bancada limpa, com movimento de vaivém, até formar um rolinho de cerca de 1,5 cm de espessura. Em seguida, transfira para a assadeira e dê o formato de ferradura. Repita o processo com toda a massa.

Leve ao forno e deixe assar por 15 minutos ou até dourar. Sirva a seguir

ENCHILADAS DE FRANGO – GUATEMALA

Ingredientes:

6 tortillas
2 Pechugas de pollo con hueso
1/2 Cebolla
1 tomate
1/2 Pimiento Verde
2 cucharadas de pulpa de tomate
Sal Pimienta
Aceite de oliva
queso rallado
Salsa
1/2 taza de pulpa de tomate
1/2 Cebolla
2 dientes de ajo
1 cucharadita de escamas de malagueta
1/2 cucharadita de comino
1/2 cucharadita de jengibre en polvo
Sal Pimienta
Aceite de oliva

Modo de preparo

Hornee el pollo en agua sazónada con sal y pimienta.

Dejar enfriar por reseraling sobre una taza de agua de cocción.

Para la salsa se preocupa la cebolla y el ajo y saltea en una hebra de aceite de oliva. Cuando la cebolla comience a ganar color añade el chile, el comino y el jengibre y deja que revuelva un minuto.

Rocíe con la pulpa de tomate y 1/2 taza de agua para hornear el pollo. Sazonar con sal y pimienta y cocinar a fuego lento hasta que la salsa se reduzca ligeramente.

Pica la cebolla restante y vuelve a fogue en una hebra de aceite de oliva. Cuando translúcido añadir la pimienta cortada en cubos y el tomate, sin piel o semillas, bien picado. Deja que revuelva dos minutos y agregue el pollo rallado.

Después de que el pollo saltee unos minutos agregue la pulpa de tomate y un poco de agua de cocción del pollo, sazón con sal y pimienta. Cocine a fuego lento hasta que la pimienta y el tomate estén bien cocidos.

Ponga un poco de relleno de pollo en cada tortilla y envuelva. Ponga las enchiladas en un Pyrex y cúbralas con la salsa de tomate. Espolvorea la salsa con queso y llévala al horno caliente hasta que el queso se derrita.

Ingredientes:

6 tortilhas
2 peitos de frango com osso
1/2 cebola
1 tomate
1/2 pimento verde
2 colheres de sopa de polpa de tomate
Sal
pimenta
azeite
queijo ralado
molho
1/2 chávena de polpa de tomate
1/2 cebola
2 dentes de alho
1 colher de chá de flocos de malagueta
1/2 colher de chá de cominhos
1/4 colher de chá de gengibre em pó
sal
pimenta
azeite

Modo de fazer

Coza o frango em água temperada com sal e pimenta.

Deixe arrefecer reservando cerca de uma chávena da água de cozedura.

Para o molho rale a cebola e o alho e refogue num fio de azeite. Quando a cebola começar a ganhar cor acrescente a malagueta, os cominhos e o gengibre e deixe refogar um minuto.

Regue com a polpa de tomate e 1/2 chávena da água de cozer o frango. Tempere com sal e pimenta e deixe cozinhar em lume brando até o molho reduzir um pouco.

Pique a restante cebola e refogue-a num fio de azeite. Quando estiver translúcida junte o pimento em cubos e o tomate, sem pele nem sementes, bem picado. Deixe refogar dois minutos e junte o frango desfiado.

Depois de o frango refogar uns minutos acrescente a polpa de tomate e um pouco da água de cozedura do frango, tempere com sal e pimenta. Deixe cozinhar em lume brando até o pimento e o tomate estarem bem cozinhados.

Coloque um pouco do recheio de frango em cada tortilha e enrole. Coloque as enchiladas num pirex e cubra com o molho de tomate. Polvilhe o molho com queijo e leve ao forno quente até o queijo estar derretido.

MAJARETE – REPÚBLICA DOMINICANA

Ingredientes:

6 callos verdes
200 g de azúcar
1 rama de canela
500 ml de leche
1 limón (cáscara)
1 pizca de sal
Canela en polvo

Modo de preparo:

Enjuague las mazorcas a fondo, eliminando la cáscara.

Rallar o moler el maíz.

En un tazón, agregue la leche al maíz rallado, mezcle bien y cuele en una sartén.

Agregue el azúcar, la rama de canela, la cáscara de limón y una pizca de sal.

Revuelva a fuego lento hasta que espese.

Elimina la cáscara de limón y la rama de canela.

Verter en tazas pequeñas y dejar enfriar.

Espolvorea con canela molida (cuando esté fría) y sirve

Ingredientes:

6 milhos verdes (maçaroca)
200g de açúcar
1 pau de canela
500 ml de leite
1 limão (casca)
1 pitada de sal
Canela em pó

Modo de preparo:

Lave bem as maçarocas, eliminando a casca.

Rale ou moa o milho.

Numa tigela, junte ao milho ralado o leite, misture bem e coe para dentro de uma panela.

Junte o açúcar, o pau de canela, a casca do limão e uma pitada de sal.

Vá mexendo, em fogo brando, até engrossar.

Elimine a casca de limão e o pau de canela.

Despeje em tacinhas e deixe arrefecer.

Polvilhe com canela em pó (quando estiver frio) e sirva.

MAMALLENA - PANAMÁ

Ingredientes:

3 tazas de pan mojado en leche de cartón (desbaratado y un poco escurrido)

1.5 tazas de azúcar

3 huevos

3 cucharadas de mantequilla

1/2 cucharada sopera de nuez moscada

1.5 cucharaditas de vainilla

1/4 cucharadita de canela en polvo

1/2 taza de pasitas

Modo de preparo

Se mezclan bien en un tazón todos los ingredientes del mamallena.

Truco: También puede hacerse con 3 tazas de pan rallado y 3 tazas de leche, y si te gusta le pones 1 lata de tutti frutti. La leche puede ser entera.

Se vierte la mezcla en un molde engrasado y se cocina el dulce de mamallena en el horno a 350 °F (180 °C), o hasta que al introducir un palillo en el centro este salga seco (unos 45 minutos o una hora).

Se retira el mamallena del calor y se deja enfriar bien

Ingredientes:

3 xícaras de pão mergulhadas em leite (quebradas e levemente drenadas)

1,5 xícaras de açúcar

3 ovos

3 colheres de sopa de manteiga

1/2 colher de sopa de noz-moscada

1,5 colheres de chá de baunilha

1/4 colher de chá de canela em pó

1/2 xícara de passas

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes do mamallena em uma tigela.

Truque: Também pode ser feito com 3 xícaras de pão ralado e 3 xícaras de leite, e se você gosta de colocar 1 lata de tutti frutti. O leite pode ser inteiro.

A mistura é colocada em um molde untado e o doce de mamallena é cozinhado no forno a 350 °F (180 °C), ou até que um palito seja inserido no centro deixa seco (cerca de 45 minutos ou uma hora).

O doce é removido do forno e deixada esfriar bem

NARANJA PUDDING Y PUERTO – PORTO RICO

Ingredientes

7 huevos
700 ml de leche
150 g de azúcar
1 cucharada de harina de almidón de maíz
2 cucharadas de vino de Oporto
Delgada 1 naranja Raspa
1 Cono Naranja
Caramelo Líquido (para engrasar la forma).

Modo de preparo

Lleve la leche con el cono de naranja a hervir y cocine a fuego lento. Después de hervir aproximadamente 1 minuto, retire del fuego y deseche el cono de naranja. Reserve la leche y deje enfriar.

Mientras tanto, mezcla el azúcar con el almidón de maíz. Agregue los huevos de 1 a 1 golpeando muy bien entre cada adición.

Añadir el zit naranja y el vino de oporto a la leche fría. Mezcla bien.

Añadir la mezcla de leche a la preparación del huevo y batir aproximadamente 1 minuto a velocidad media. Libro.

Engrase una forma de budín con el caramelo líquido.

Vierta el budín preparado en la forma y hornee en un baño de agua entre 50 minutos y 1 hora.

Después de cocinar el budín, retirar del fuego y dejar enfriar completamente.

Desmoldar y guardar en el refrigerador al menos 6 horas antes de servir.

Ingredientes

7 ovos
700ml de leite
150g de açúcar
1 colher de sopa de farinha maisena
2 colheres de sopa de vinho do Porto
Raspa fina de 1 laranja
1 casquinha de laranja
Caramelo líquido (para untar a forma).

Modo de preparo

Leve ao lume o leite com a casquinha de laranja e deixe ferver. Após ferver cerca de 1 minuto retire do lume e rejeite a casquinha de laranja. Reserve o leite e deixe arrefecer.

Entretanto, misture o açúcar com a maisena. Adicione os ovos 1 a 1 batendo muito bem entre cada adição.

Acrescente a raspa de laranja e o vinho do porto ao leite já frio. Misture bem.

Junte o preparado do leite ao preparado dos ovos e bata cerca de 1 minuto em velocidade média. Reserve.

Unte uma forma de pudim com o caramelo líquido.

Verta o preparado do pudim na forma e leve a cozer em banho-maria entre 50 minutos a 1 hora.

Depois do pudim estar cozido, retire do lume e deixe arrefecer totalmente.

Desenforme e guarde no frigorífico pelo menos 6 horas antes de servir.

PANCHO – URUGUAI

Ingredientes:

4 salchichas
4 panes especiales
8 rebanadas de tocino o panceta
4 cucharadas de chimichurri
200 g de queso parillero rallado

Modo de preparo

En una cacerola, hierva 1 litro de agua y agregue las salchichas y cocínelas durante unos 5 minutos.

En una sartén precalentada grande, dore el tocino con su propia grasa. Tostar el tocino durante unos 2 minutos por cada lado. Déjelos a un lado en un plato de toalla de papel para absorber el exceso de grasa.

Asamblea de Pancho:

Corta el pan horizontalmente de punta a punta, agrega la salchicha, dos rebanadas de tocino tostado y el queso parrillero rallado.

Coloque el pancho en el horno precalentado a 180°C y déjelos gratinar durante unos 5 minutos. También puedes usar un soplete si prefieres tostar el queso a tiempo.

Terminar con una buena cucharada de chimichurri.

Ingredientes:

4 linguiças
4 pães especiais
8 fatias de bacon ou pancetta
4 colheres (sopa) chimichurri
200 g de queijo parillero ralado

Modo de preparo

Em uma panela, ferva 1L de água e adicione as linguiças e deixe-as cozinhando por cerca 5 minutos.

Em uma frigideira grande pré aquecida, doure o bacon em sua própria gordura. Toste o bacon por cerca de 2 minutos cada lado. Reserve-os em um prato com papel toalha para absorver o excesso de gordura.

Montagem do pancho:

Corte o pão horizontalmente de ponta a ponta, adicione a salsicha, duas fatias do bacon tostado e o queijo parrillero ralado.

Leve o pancho ao forno pré aquecido à 180°C e deixe-os gratinando por cerca de 5 minutos. Você pode utilizar também um maçarico caso prefira tostar pontualmente o queijo.

Finalize com uma boa colherada de chimichurri.

PASTEL DE MAÍZ – COSTA RICA

Ingredientes:

1 lata de elote verde
3 unidades de huevos
1 1/2 tazas de harina de maíz
1 1/2 tazas de azúcar
2 tazas de te
80 ml de aceite de maíz
1 cucharada de levadura en polvo

Modo de preparo

Batir todos los ingredientes en una licuadora y verter en un molde redondo engrasado de 25 cm. 2. Hornee en horno precalentado durante aproximadamente 50 minutos o hasta que salga un cuchillo, sin dejar residuos.

El maíz verde debe ser drenado de agua para ser usado en la receta.

Batir todo excepto el polvo de hornear en una licuadora. Apague, coloque la levadura y bata lo suficiente para mezclar la levadura.

Intente rociar la sartén con harina de maíz. Te encantará el resultado.

El tiempo del horno está directamente relacionado con el tipo de horno y el tamaño de la forma. Sea paciente y use el horno lo más cerca posible a 200 grados (horno mediano). Solo obtenga el pastel cuando esté realmente seco por dentro (haga la prueba de palo).

Ingredientes:

1 lata de milho verde
3 unidades de ovo
1 1/2 xícaras (chá) de fubá
1 1/2 xícaras (chá) de açúcar
2 xícaras (chá) de leite
80 ml de óleo de milho
1 colher (sopa) de fermento químico em pó

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador e despeje numa fôrma redonda de 25 cm de diâmetro, untada e polvilhada. 2. Leve ao forno pré-aquecido por cerca de 50 minutos ou até que enfiando uma faca, esta saia sem resíduos.

O milho verde deve ser drenado de sua água para usar na receita.

Bata tudo menos o fermento no liquidificador. Desligue, coloque o fermento e bata somente o suficiente para misturar o fermento.

Experimente polvilhar a forma com fubá. Você vai adorar o resultado.

O tempo de forno é diretamente relacionado ao tipo de forno e ao tamanho da forma. Tenha paciência e use o forno o mais próximo possível de 200 graus (forno médio). Só tire o bolo quando estiver realmente sequinho por dentro (faça o teste do palito)

PASTEL DE PLÁTANO – VENEZUELA

Ingredientes

3 y 1/2 tazas (té) de harina de trigo
1 taza (té) de leche
3 cucharadas (sopa) bien llenas de azúcar
1 cucharada (sopa) de mantequilla
1 cucharada (sopa) polvo de hornear
2 huevos
5 Plátanos

Modo de preparo

Batir el azúcar en el churn con la mantequilla y las yemas bien.
Poco a poco añadir la harina ya tamizada con la levadura.
Coloque la leche y, por último, las claras de huevo.
Revuelve bien.
Vierta en una bandeja para hornear.
Cubrir con plátanos en rodajas en la dirección de la longitud.
Espolvorea más de 2 cucharadas de azúcar mezclada con canela en polvo.
Hornee en un horno caliente

Ingredientes

3 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo
1 xícara (chá) de leite
3 colheres (sopa) bem cheias de açúcar
1 colher (sopa) de manteiga
1 colher (sopa) de fermento em pó
2 ovos
5 bananas

Modo de preparo

.Bata bem o açúcar na batedeira com a manteiga e as gemas.
Adicione aos poucos a farinha já peneirada com o fermento.
Coloque o leite e, por último, as claras em neve.
Mexa bem.
Despeje em uma assadeira untada.
Cubra com as bananas cortadas em fatias no sentido do comprimento.
Polvilhe por cima 2 colheres de açúcar misturada com canela em pó.
Asse em forno quente

PATACONES – NICARÁGUA

Ingredientes:

1 plátano de la tierra verde

Modo de preparo

Retire la cáscara de plátano y hornee durante 15 'en un horno de 200 grados (o hierva en agua durante 10 minutos), pique en cuatro pedazos y coloque en una tabla de cortar.

Con el fondo de un plato, amase a lo largo.

Póngalos en una sartén con una cuchara de postre de manteca de ghee o aceite de oliva y fría bien ambos lados.

Ingredientes

1 banana da terra verde

Modo de preparo

Retire a casca da banana e asse-a durante 15' em forno a 200 graus (ou ferva na água durante 10 minutos), pique em quatro pedaços e disponha em uma tábua.

Com o fundo de um prato, amasse no sentido longitudinal.

Coloque-os numa frigideira com uma colher de sobremesa de manteiga ghee ou azeite de oliva e frite bem os dois lados

PATACONES – COLÔMBIA

Ingredientes:

Plátano verde.

Aceite para freír.

Sal o azúcar al gusto.

Modo de preparo:

Pelar los dos plátanos, eliminando toda la pelusa, es esencial que sean verdes.

Corta los plátanos en 2 o 3 piezas, piezas de unos 5 cm, dependiendo del tamaño de cada una.

En una sartén con aceite caliente, fría lentamente los trozos de plátano hasta que estén ligeramente dorados. Unos 2 minutos.

Retire los plátanos dorados del fuego y aplánelos, use un plato cubierto con plástico (para evitar que se pegue).

Agregue una pizca de sal o azúcar al gusto.

Vuelva a colocar los patacones triturados en el aceite y fríalos hasta que estén dorados. Unos 2 minutos.

Ingredientes:

Banana verde

Óleo para fritar

Sal ou açúcar a gosto

Modo de preparo:

Descasque as duas bananas, removendo todos os fiapos, é essencial que estejam verdes.

Corte as bananas em 2 ou 3 partes, pedaços com cerca de 5cm, dependendo do tamanho de cada uma.

Em uma frigideira, com óleo já quente, frite em fogo lento os pedaços de banana até que fiquem levemente dourados. Cerca de 2 minutos.

Retire as bananas douradas do fogo e amasse as mesmas, utilize um prato coberto por um plástico (para evitar que grude).

Adicionar uma pitada de sal ou açúcar a gosto.

Coloque os patacones amassados novamente no óleo e frite até que fiquem ainda mais dourados. Cerca de 2 minutos.

PEPESUP - GUINÉ EQUATORIAL

Ingredientes

6 vasos de agua

3.5 cucharadas de sal común

250 mg picante o ají,

2 kilogramos de pescados

100 ml de aceite de oliva(opcional).

Modo de preparo

Organizar los ingredientes de forma adecuada, vertiendo en primer lugar el agua, los ingredientes y por último el pescado. Cocinar a fuego normal durante unos 20 minutos como mínimo.

Ingredientes

6 copos de água

3,5 colheres de sopa de sal comum

250 mg de picante ou pimentão

2 quilos de peixe

100 ml de azeite (opcional).

Modo de preparo

Organize os ingredientes corretamente, primeiro derramando a água, os ingredientes e finalmente o peixe. Cozinhe em fogo normal por pelo menos 20 minutos.

PICARONES - PERU

Ingredientes

PASTA

4 y 1/2 tazas de harina de trigo
1/2 kg de batatas
2 cucharadas de azúcar
2 cucharadas de maicena
1/2 kg de calabaza
2 cucharadas de levadura
2 tazas de agua para hornear camote
aceite de oliva

CALDA

2 tarros de dulce de leche
3 tazas de agua
1 cucharada de frijoles de anís
1 naranja
canela

Modo de preparo

PASTA

Cocine las batatas y las fresas peladas y cortadas en cubitos.

Cocine en sartenes separadas.

Una vez cocido batir en una licuadora.

En un recipiente poner 4 cucharadas de agua tibia y disolver la levadura, dejar reposar durante 5 minutos.

Combine la harina tamizada y la maicena, agregue las batatas, las fresas y el agua, bata bien.

Déjalo reposar hasta que la masa suba.

Las manos se atornillan y fríen en aceite caliente.

CALDA

Combina todos los ingredientes y llévalos al fuego, moviéndote siempre hasta que se convierta en un jarabe fino.

Servir entonces.

Ingredientes

MASSA:

4 e 1/2 xícaras de farinha de trigo
1/2 kg de batata doce
2 colheres de açúcar
2 colheres de maizena
1/2 kg de moranga
2 colheres de fermento biológico
2 xícaras da água do cozimento da batata doce
azeite

CALDA:

2 potes de doce de leite
3 xícaras de água
1 colher de aniz em grão
1 laranja
canela

Modo de preparo

MASSA:

Cozinhe a batata doce e a moranga sem casca e cortada em cubos.

Cozinhe em panelas separadas.

Depois de cozido bata no liquidificador.

Em um recipiente coloque 4 colheres de água morna e dissolva o fermento, deixe repousar por 5 minutos.

Misture a farinha e a maizena peneiradas, junte a batata doce, a moranga e a água, bata bem.

Deixe descansar até que a massa levante.

Forme roscas com as mãos e frite em óleo quente.

CALDA

Junte todos os ingredientes e leve ao fogo, movendo sempre até que se torne uma calda fina.

Sirva em seguida

ROSQUILLAS EN MIEL - CUBA

Ingredientes

10 rosquillas de maíz
2 tazas de azúcar morena
4 estillas de canela
6 clavos de olor
2 tazas de agua

Modo de preparo

poner en una olla el agua, azúcar, canela y clavos de olor hasta punto de ebullición y luego colocar las rosquillas en la olla, esperar a que se humedezcan bien con el almibar y dejar reposar.

servir frío o caliente acompañado de café o te.

consejos

no dejar hervir mucho tiempo el almibar porque puede tomar punto quemado.

Ingredientes

10 rosquinhas de milho
2 xícaras de açúcar mascavo
4 paus de canela
6 dentes de cravo
2 xícaras de água

Modo de preparo

Coloque em uma panela a água, o açúcar, a canela e o cravo até ferver e, em seguida, coloque os donuts na panela, espere que eles umedecem bem com a calda e deixe reposar.

Sirva frio ou quente acompanhado de café ou chá.

Conselhos

Não ferva o xarope por muito tempo, pois pode levar o ponto queimad

TEQUILA BOMBÓN – MÉXICO

Ingredients

1 lata de leche condensada
1 cucharada de margarina sin sal
50 ml de tequila
Jugo de medio limón
500 gr de chocolate negro
Flor de sal

Modo de prepare

Chocolate derretido

Derrita la mitad de chocolate en un baño de agua. Agregue el chocolate restante y revuelva hasta que se derrita por completo.

Brigadier

En una cacerola, agregue leche condensada, tequila, margarina y jugo de limón.

Mezclar bien y llevar a fuego lento, revolviendo constantemente hasta que salga del fondo de la sartén.

Retirar del fuego y dejar enfriar.

Haga bolas con el brigadier, báñese en chocolate sazonado y decore con la flor de sal.

Ingredientes

1 lata de leite condensado
1 colher (sopa) de margarina sem sal
50 ml de tequila
Suco de meio limão
500 gr de chocolate meio amargo
Flor de sal

Modo de preparo

Chocolate derretido

Derreta metade do chocolate em banho-maria.

Adicione o restante do chocolate e mexa até derreter por completo.

Brigadeiro

Em uma panela, coloque o leite condensado, a tequila, a margarina e o suco de limão.

Misture bem e leve ao fogo baixo, mexendo sempre até desprender do fundo da panela.

Retire do fogo, e deixe esfriar.

Faça bolinhas com o brigadeiro, banhe no chocolate temperado e decore com a flor de sal

TORTILLA ESPAÑOLA – ESPANHA

Ingredientes

3 papas grandes
1 cebolla
5 huevos
250 ml de aceite de oliva
Sal a gusto)
Pimienta negra (al gusto)

Modo de preparo

Pelar las papas y cortarlas en rodajas. Haz lo mismo con las cebollas.

Olvidó el aceite de oliva en una sartén y lo frió como papas y cebollas a fuego medio. Fríe los sándwiches y el amilato se puede romper en trozos pequeños.

Batir los huevos en un bol con sal y chile.

Retírese como freír papas, guardando un poco de aceite de oliva para cocinar una tortilla.

Agregue las papas a los huevos y mezcle.

Calienta una sartén con un poco de aceite de oliva y prepara una mezcla de huevos y papas. En oro y vuelta al otro lado y marrón también.

Una tortilla está lista. Cuando esté en el punto, ponga un plato y déjelo enfriar antes de consumirlo

Ingredientes

3 grandes
1 cebola
5 ovos
250 ml de azeite
Sal (a gosto)
Pimenta-do-reino (a gosto)

Modo de Preparo

Descasque as batatas e corteas em rodelas. Faça o mesmo com cebolas.

Esqueceu o azeite em uma frigideira e fritou como batatas e como cebolas em fogo médio. It fritar as sandwiches and amilate may be quebrado in pequenos pedaços.

Bata os ovos em uma tigela com sal e pimentadoreino.

Se aposentar como as batatas da frigideira, mantendo um pouco de azeite para cozinhar uma tortilla.

Acrescente as batatas aos ovos e misture.

Esquentar uma frigideira com um pouco de azeite e fazer uma mistura de ovos e batatas. Em dourado e vire do outro lado e doure também.

Uma tortilla está pronta. Quando ela está no ponto, coloque um prato e deixe esfriar antes de consumir.

TRES LECHES - HONDURAS

Ingredientes

1 y ½ taza de harina
2 cucharaditas de levadura
½ cucharadita de sal
4 huevos grandes
1 x azúcar
2 cucharaditas de esencia de vainilla
½ x leche entera
1 lata o bote de leche condensada
200 ml de crema fresca
200 ml de leche entera
Crema batida

Modo de preparo

Engrase una forma rectangular.

Precalentar el horno a 220 ° C.

En un tazón, mezcle la harina, el polvo de hornear y la sal. Reserva

En otro tazón, bata el azúcar con los huevos y la vainilla. Batir con una batidora eléctrica hasta que quede esponjoso. Agregue la leche y gradualmente la mezcla de harina, batiendo a baja potencia, solo para mezclar. Coloque la masa en una bandeja para hornear y hornee durante 25/30 minutos a 180 ° C.

Retire la torta del horno y deje enfriar por 20 minutos. Pasar la crema batida.

Se puede almacenar en la nevera durante la noche

Ingredientes

1 e ½ xic de farinha de trigo
2 colheres de chá de fermento
½ colher de chá de sal
4 ovos grandes
1 xic de açúcar
2 colheres de chá de essência de baunilha
½ xic de leite integral
1 lata ou caixinha de leite condensado
200ml de creme de leite fresco
200ml de leite integral
Chantilly

Modo de preparo

Unte uma forma retangular.

Pré-aqueça o forno a 220°C.

Em um recipiente, misture a farinha, fermento e o sal. Reserve.

Em outro recipiente, bata o açúcar com os ovos e a baunilha. Bata com a batedeira até que fique uma mistura fofinha. Acrescente o leite e aos poucos a mistura de farinha, batendo em potência baixa, somente para misturar. Coloque a massa em uma assadeira e leve ao forno por 25/30 minutos a 180°C.

Retire o bolo do forno e deixe esfriar por 20 minutos. Passe o chantilly.

Pode ser guardado na geladeira de um dia pro outro.