

# ~ LAS RECETAS ~

CATEGORIA	PLATO	PAIS	ENLACE
postre	<b>Torta de chocolate</b>	México	<a href="http://cocinadelmundo.com/receta-Torta-de-chocolate">http://cocinadelmundo.com/receta-Torta-de-chocolate</a>
pan	<b>Pan de natas</b>	México	<a href="http://cocinadelmundo.com/receta-Pan-de-natas%2C-el-pan-que-te-da-vida">http://cocinadelmundo.com/receta-Pan-de-natas%2C-el-pan-que-te-da-vida</a>
pan	<b>Pay de queso</b>	México	<a href="http://cocinadelmundo.com/receta-pay-de-queso">http://cocinadelmundo.com/receta-pay-de-queso</a>
sopa	<b>Pozole de pollo</b>	México	<a href="http://recipe.univision.com/receta/sopas-y-cremas/1080/pozole-de-pollo">http://recipe.univision.com/receta/sopas-y-cremas/1080/pozole-de-pollo</a>
postre	<b>Flan de fresas</b>	Rep. Dominicana	<a href="http://recipe.univision.com/receta/dominicanas/13349/flan-de-fresas">http://recipe.univision.com/receta/dominicanas/13349/flan-de-fresas</a>
postre	<b>Arepa</b>	Rep. Dominicana	<a href="http://arepa-dominicana.recetascomidas.com/">http://arepa-dominicana.recetascomidas.com/</a>
postre	<b>Arroz con leche</b>	Perú	<a href="http://recipe.univision.com/receta/postres-y-dulces/1304/arroz-con-leche-a-la-peruana">http://recipe.univision.com/receta/postres-y-dulces/1304/arroz-con-leche-a-la-peruana</a>
papas	<b>Papa a la huancaína</b>	Perú	<a href="http://www.deperu.com/recetas-cocina/entradas/papa-a-la-huancaina-1">http://www.deperu.com/recetas-cocina/entradas/papa-a-la-huancaina-1</a>
principal	<b>Empanadas</b>	Argentina	<a href="http://www.recetasgratis.net/Receta-de-Empanadas-argentinas-receta-38130.html">http://www.recetasgratis.net/Receta-de-Empanadas-argentinas-receta-38130.html</a>
salsa	<b>Chimichurri</b>	Argentina	<a href="http://laylita.com/recetas/2013/08/12/chimichurri/">http://laylita.com/recetas/2013/08/12/chimichurri/</a>
principal	<b>empanadas</b>	Chile	<a href="http://www.recetaschilenas.com/receta.asp?id=35">http://www.recetaschilenas.com/receta.asp?id=35</a>
tapa	<b>Tortilla de patatas</b>	España	<a href="http://recetatortilladepatatas.net/tortilla-de-patatas-con-cebolla/">http://recetatortilladepatatas.net/tortilla-de-patatas-con-cebolla/</a>
Sopa	<b>Gazpacho</b>	España	<a href="http://javirecetas.hola.com/gazpacho-receta-de-gazpacho-andaluz/">http://javirecetas.hola.com/gazpacho-receta-de-gazpacho-andaluz/</a>
Postre	<b>Torticas de morón</b>	Cuba	<a href="http://www.cibercuba.com/cocina/recetas/torticas-de-moron">http://www.cibercuba.com/cocina/recetas/torticas-de-moron</a>
Frijoles	<b>Frijoles colorados</b>	Cuba	<a href="http://www.cubaenmiami.com/recetas-de-comida-cubana/frijoles-colorados/">http://www.cubaenmiami.com/recetas-de-comida-cubana/frijoles-colorados/</a>
Frijoles	<b>Gallo pinto</b>	Costa Rica	<a href="http://recetastipicascr.com/recetas/recetas04/">http://recetastipicascr.com/recetas/recetas04/</a>
Tapas	<b>Albóndigas</b>	Puerto Rico	<a href="https://cookpad.com/es/recetas/127634-albondigas-al-estilo-puertorriqueno">https://cookpad.com/es/recetas/127634-albondigas-al-estilo-puertorriqueno</a>
Arroz	<b>Arroz gandules</b>	Puerto Rico	<a href="http://www.goya.com/espanol/recipes/recipe.html?recipeID=4">http://www.goya.com/espanol/recipes/recipe.html?recipeID=4</a>
Principal	<b>Arepa frita</b>	Venezuela	<a href="http://www.micocinavenezolana.com/recetas/pag1/receta1.html">http://www.micocinavenezolana.com/recetas/pag1/receta1.html</a>

# América del Norte

México -

> Postres

Otras recetas de Postres

Otras recetas de Tortillas

Otras recetas de cocina vegetariana

## Torta de chocolate



10



37



10 €



### Ingredientes

- 1 cucharada de bicarbonato
- 2 cucharada de chocolate
- Una taza de leche
- Una taza y media de harina de trigo
- Una cucharada de polvo de hornear
- 1 huevo
- 3 cucharada de azúcar
- Media barra de mantequilla

### Preparación

En un recipiente agregue la azúcar, el huevo y mezcle bien, luego en otro recipiente agregue harina, leche, bicarbonato y chocolate, mezcle bien, lige todo y cuelelo con una coladora en un recipiente engrasado de mantequilla y pongalo en un microway o horno por 37 minuto a fuego medio.

### Consejos

Echelé un poco de bicarbonato para que quede blando y suave y no le eche tanta azúcar nada mas como 3 o dos cucharadas y tambien es recomendable que lo ponga en microhondas o microway 37 minutos recuerdes.....

### Observaciones

El coste es en euros y según el nivel de vida español  
Un dolar vale la mitad de un Euro aproximadamente.  
Tiempo de preparación en minutos

# América del Norte

México -

## > Pan, Bollería y Confitería

Otras recetas de Pan, Bollería y Confitería

Otras recetas de Postres

Otras recetas de cocina vegetarianana

### Pan de natas, el pan que te da vida



35



55



30 €



### Ingredientes

250g de natas

4 huevos

250g de harina

3/4 de taza de azúcar

Royal

Raspadura de naranja

NOTA: EN CONDICIONES DE QUE NO ALLA RASPADURA DE NARANJA SE PUEDE SUSUTITUIR CON UNAS 4 O 5 CUCHARADAS SOPERAS DE VAINILLA LÍQUIDA.

NOTA2: LAS CANTIDADES DADAS PUEDEN VARIAR CONFORME A LA PORCION QUE SE DESEA HACER O PREPARAR.

### Preparación

Primero debemos de vaciar las natas en un recipiente grande; con la batidora las vamos a batir muy bien hasta que agarren un aspecto cremoso, no líquido. Posteriormente le vamos a agregar el azúcar y lo vamos a batir, luego le agregamos los huevos, uno a uno, y también los vamos a batir.

Después de vaciar los huevos, la mezcla se aligera un poco, y no hay que betirla mucho tiempo si no se vuelve a ser poner un poco dura la mezcla. Ya para finalizar le agregamos la harina y el royal, ya cernidos, porque si no los cernimos se hacen bolas, y lo batimos muy bien hasta que le salgan grumos. Raspamos la naranja y se lo echamos a la mezcla y la batimos por última vez, hasta que la mezcla tenga un aspecto ni muy cremosos ni muy líquido. Que la mezcla se baje con facilidad cuando levantemos el cucharón.

# América del Norte

México -

## > Pan, Bollería y Confitería

Otras recetas de Pan, Bollería y Confitería

Otras recetas de cocina vegetariana

### pay de queso



15 minutos



35 minutos



5 €



### Ingredientes

- 1 paquete de galletas marías
- 1 lata de leche condensada
- 1 lata de leche evaporada
- 3 huevos enteros
- 1 barra de mantequilla o margarina
- 1 queso philadelfia grande

### Preparación

Primero se muelen las galletas se deja un poco de la galleta para cubrir el pay y que quede una costra dorada.

Después con lo que queda se junta con la margarina para formar una pasta y forrar el molde para pay. Después se licuan aparte los demás ingredientes juntos. Se vacían al molde y se le espolvorea la galleta que se aparto encima. Después se pone a hornear por espacio de 30 a 40 minutos o hasta que al introducir un palillo este salga limpio además de que la costra este dorada.

Se deja enfriar en el horno ya apagado.

### Consejos

No es recomendable cortar el pay recién salido hay que dejarlo reposar y enfriar muy bien para que termine de cuajar.

<http://cocinadelmundo.com/receta-pay-de-queso>

# Pozole de Pollo

Receta por: Qué Rica Vida

**Rinde: 12 porciones**

Un plato especial para los meses de frío. Típico de la gastronomía **mexicana**, el pozole es un platillo principal sencillo de preparar y sano, apto para quienes hacen dieta para adelgazar.

## Ingredientes

- 6 chiles guajillos sin semillas y sin tallo
- 6 chiles anchos sin semillas y sin tallo
- 1 1/2 tazas de agua caliente
- 2 cucharadas de aceite de olivo
- 1/2 cebolla blanca mediana, en pedazos
- 1 diente de ajo
- 2 cartones (32 oz cada uno) de caldo de pollo Progresso® (8 tazas)
- 1 cucharadita de sal de grano estilo kosher
- 1 cucharadita de orégano seco
- 1 cucharadita de caldo de pollo en polvo
- 1/2 cucharadita de tomillo seco
- 2 hojas de laurel
- 1 ramito de perejil
- 2 tazas de pollo deshebrado y cocido
- 2 latas (28 oz cada una) de maíz para pozole (hominy), escurridas



## Preparación

1. En un platito hondo remoja los chiles en el agua caliente durante 20 minutos.
2. En una olla de 6 cuartos de galón calienta el aceite a fuego medio. Agrega la cebolla y el ajo; acitrona durante 1 a 2 minutos, revolviendo constantemente a que la cebolla este transparente. Coloca el ajo y la cebolla en la licuadora; agrega los chiles con el agua. Cubre y licua a velocidad alta durante 1 minuto o hasta bien incorporado.
3. Coloca una coladera sobre la olla y vacía la mezcla de la licuadora, pasando la mezcla por la coladera. Descarta los sólidos que se quedaron en la coladera. Cocina sin tapar a fuego medio de 5 a 10 minutos, revolviendo ocasionalmente, hasta que la salsa se cueza y no sepa cruda.
4. Agrega los ingredientes restantes. Calienta a que hierva. Reduce el fuego a bajo; cubre y deja que se cocine durante 20 minutos, revolviendo ocasionalmente. Retira las hojas de laurel y el perejil antes de servir.






<http://recipe.univision.com/receta/sopas-y-cremas/1080/pozole-de-pollo>



# FLAN DE FRESAS

Fecha: 01/09/10  (10)

Valoración      (5)

 [Agregar a Mis Favoritas](#)  [Compártelo](#)  [Enviar](#)  [Enviar a móvil](#)  [Imprimir](#)

Receta por:



**lasupernegrita1312**

1972-11-06

RICO PARA COMPARTIR CON LA FAMILIA Y AMISTADES..

## Ingredientes

- 8 huevos
- 1 lata de leche condensada
- 1 lata de leche evaporada
- 1 libra de fresas
- 2 cajitas de pasas
- vainilla al gusto
- syrup para los pancakes

 [Enviar ingredientes a mi móvil](#)



[Sube tu foto](#)


Tiempo de preparación: **1 hr**

Tiempo de cocción: **1 hr**

Lista en: **2 hr**

## Preparación

Se licua los todos los ingredientes menos el syrup. Luego se vacia todo en un recipiente para hornear .Cocinar a bano maria en el horno a 350grados. por aproximadamente una hora. Luego deje enfriar en la nevera y despues voltarlo y adomar con el syrup.

 [Reporta abuso de esta receta.](#)

## Más información

**País:** República Dominicana

**Temporada/Ocasión:** Todo el año

**Ingrediente principal:** Lácteos

**Categorías:** Postres y dulces

## Arroz con Leche a la **Peruana** Receta por: Qué Rica Vida

*Rinde: 8 porciones*

Este postre típico tiene una variante en esta versión peruana. Les presentamos una receta donde se prepara con coco y pasas. Un plato para no dejar de probar.

### Ingredientes

- 1/4 de taza de coco rallado
- 1 taza de agua
- 3/4 de taza de arroz blanco sin cocer
- 2 y 1/2 tazas de leche entera
- 1/4 de taza de azúcar
- 1/2 rama de canela
- 3 clavos de olor enteros
- 1/4 de taza de pasitas
- 2/3 de taza de leche condensada
- 1 pedacito de cáscara de naranja
- 1 yema de huevo, batida
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- Canela molida para decorar



### Preparación

1. En una olla, pon a hervir el agua junto con el coco.
2. Coloca el arroz en un plato, agrega suficiente agua para cubrirlo. Deja reposar 10 minutos y cuela.
3. En otra olla mezcla el arroz, el agua con el coco, la leche entera, el azúcar, la canela y los clavos. Calienta a fuego medio, revolviendo frecuentemente hasta que hierva. Añade las pasas. Reduce el fuego, cubre y deja cocinar por 40 minutos o hasta que el arroz esté cocido.
4. Agrega la leche condensada y la naranja. Cubre y cocina a fuego bajo por 10 minutos, revolviendo frecuentemente hasta obtener la consistencia deseada. Quita del fuego, retira la canela, los clavos de olor y la naranja.
5. Con cuidado, incorpora la yema de huevo. Calienta a fuego bajo o medio hasta hervir, revolviendo frecuentemente. Añade un poco de vainilla.

<http://recipe.univision.com/receta/postres-y-dulces/1304/arroz-con-leche-a-la-peruana>

## Receta de Empanadas argentinas al horno

Ingredientes para Empanadas argentinas al horno

- 1 kilo de [Harina](#)
- 2 tazas de salmuera
- 400 gramos de grasa de res o [Manteca de cerdo](#)
- 500 gramos de carne de res picada
- 250 gramos de [Cebollas](#) de verdeo
- 250 gramos de [Cebollas](#)
- 1 pizca de [Cominos](#)
- 2 cucharadas de chile picante en polvo
- 1 cucha
- 1 [Pimiento verde](#)
- 100 gramos de pasas
- 2 cucharadas de caldo de res
- 1 cucharada de [Ajo en polvo](#)
- 100 gramos de aceitunas sin hueso
- 100 gramos de grasa de res o [Manteca de cerdo](#)
- 1 chorrito de [Vinagre](#) blanco



PASOS para preparar Empanadas argentinas al horno

- La masa se prepara colocando en una fuente la harina en forma de corona, y al centro se pondrá la grasa y la salmuera, amasando a lograr una masa elástica (la salmuera se prepara entibiando el agua y agregando dos cucharadas bien colmadas de sal gruesa).
- Se deja reposar en el refrigerador de preferencia toda la noche, para que tome buena consistencia.
- El relleno se prepara así: en la manteca o grasa de res se rehogan las cebollas cortadas muy delgado hasta acitronar (esto es, a que queden transparentes).
- Se añade el pimiento cortado en cuadritos, a que se acitrone.
- Se añade el pimentón, el chile, los cominos, a que tomen sabor.
- Se agrega la carne y se mezcla perfectamente bien (la preparación deberá de adquirir un tono rojizo uniforme).
- Por último, se añaden las pasas, que deberán ir sin remojar, y el vinagre.
- Se deja reposar de preferencia toda la noche en el refrigerador, para que se mezclen los sabores.
- Para armar las empanadas, se van tomando porciones de masa, que se irán estirando con el rodillo sobre una mesa enharinada a que queden no muy gruesas (la masa, cuando se prepara y se deja reposar adecuadamente, es sumamente elástica, por tanto, no se requiere de mucho grosor en las “tapas”).
- Se coloca una cucharada de relleno al centro, y unas cuantas rebanadas de aceituna.
- Se cierran humedeciendo los bordes con salmuera y se meten a horno bien caliente hasta que se doren.

<http://www.recetasgratis.net/Receta-de-Empanadas-argentinas-receta-38130.html>



## Empanadas de Horno (chile)

Preparación: 2 horas

Para: 12 empanadas

### Pino

1/2 kilo de posta negra o lomo  
2 tazas de cebolla en cuadros chicos  
2 dientes de ajo  
2 cucharadas de aceite  
1/4 taza de pasas  
1/2 taza de caldo de carne  
1/4 cucharadita de ajo seco  
1/2 cucharadita de ajo de color

1/4 cucharadita de comino  
1/2 cucharadita de orégano  
3/4 cucharadita de sal  
pimienta al gusto  
aceitunas  
3 huevos duros  
1 huevo, batido

Pique la carne finita en cuadros. Lave las pasas y deje en remojo con agua caliente durante 1 hora, y luego escurra. En una sartén grande fría la carne en el aceite. Agregue la cebolla y ajo, y cueza hasta que la cebolla se ponga ligeramente transparente, revolviendo frecuentemente. Agregue el caldo, comino, orégano, sal, pimienta, ajo seco, y ajo de color. Deje cocer por 3 minutos. Retire y deje enfriar para que mantenga el jugo y será más fácil rellenar las empanadas.

Con ayuda de un uslero estire cada porción de la masa, dejándola de 3 mm de grosor y córtela en forma de discos de 20 cm aproximadamente. Corte los huevos en rodajas. Comience a rellenar las empanadas colocando en el centro del disco una cucharada de pino, una rodaja de huevo duro, una aceituna y unas pasas.

Moje la mitad del borde de la masa, doble y cierre formando un dobléz en los bordes. Póntelas con un huevo batido y pinche en dos o tres partes para evitar que se abran.

Lleve a horno precalentado a 400 F (200 C), durante 20 minutos, más o menos.

### La Masa

3 tazas de harina  
1 cucharadita de sal  
1 cucharadita de polvos de hornear  
1/3 taza de manteca, derretida  
3/4 tibia taza de leche  
1/4 tibia taza de agua



Mezcle la harina con la sal y los polvos de hornear. Agregue la manteca derretida, la leche y el agua. Mezcle bien, amasando un poco de modo de unir y formar una masa suave y no pegajosa.

Deje reposar por 1/2 hora, y luego divide en porciones para estirla más fácil.

<http://www.recetaschilenas.com/receta.asp?id=35>

## TORTILLA DE PATATAS

### Ingredientes para 4 personas:

- 5 patatas medianas.
- 2 cebollas medianas.
- 7 huevos.
- Aceite de oliva virgen.
- Sal gorda.



---

### Receta de tortilla de patatas con cebolla.

La **tortilla de patatas con cebolla**, gracias a esta última, será deliciosa.

1. Vamos a pelar y lavar bien las patatas para luego cortarlas en pequeñas rodajas. La cebolla la pelamos y también cortamos en rodajas. Aunque aconsejamos mejor cortarla en pequeños pedazos para así esparcirla mejor por la tortilla. Se puede utilizar también cebolla congelada que ya venden en los supermercados. Lo ponemos todo en un bol y echamos la sal que nos apetezca. Lo mezclamos todo bien con las manos para que la sal se mezcle con las patatas.
2. En una sartén con bastante aceite echamos las patatas y la cebolla. Ponedlo a potencia máxima por alrededor de 5 – 7 minutos para que el aceite empiece a freír antes. Una vez empiece a saltar, reducirlo a potencia media. Tardarán unos 10 minutos más en estar listas: recordad siempre remover las patatas para que no se quemen ni se hagan más por un lado que por otro. Lo mismo para la cebolla.
3. Mientras tanto en el mismo bol de antes vamos a batir todos los huevos. Echad un poco de sal antes de batir. Hay quien también añade leche asegurando que así el resultado final es mejor, pero eso ya es cosa de cada uno. Batidlo todo bien para que se mezclen sin formar grumos.
4. Echamos las patatas y la cebolla y lo machacamos todo bien para que quede bien mezclado. Después dejar unos cinco minutos para que todo cuaje bien.
5. Ahora usaremos una sartén nueva, acorde al tamaño de la tortilla que queramos preparar, y le echamos un poco de aceite. Ahora vertemos la mezcla de huevo, patatas y cebolla sobre la sartén y lo ponemos a fuego máximo unos minutos (unos 3 por ejemplo). Ya cuando empiece a freír bien lo reducimos a media potencia. Cuando consideremos que la parte de abajo ya tiene consistencia le damos la vuelta colocando un plato como tapa y con mucho cuidado volcamos la sartén. Volver a echar la tortilla para que se haga por abajo.
6. Podéis usar también una de esas nuevas sartenes dobles o una tortillera para que os resulte más fácil.

Solo tardará unos minutos y estará lista para servir y comer.

<http://recetatortilladepatatas.net/tortilla-de-patatas-con-cebolla/>

## [Gazpacho. Receta de Gazpacho Andaluz](#)

PUBLICADO EL 03 - 07 - 2009 POR [Javi Recetas](#)

**Gazpacho Andaluz.** Bueno ya sabéis que existen tantas recetas de un mismo plato como gente que lo prepara y en el caso del **Gazpacho** las recetas son infinitas. Hay recetas que incluyen zanahorias, otras que le quitan la piel y semillas a los tomates, las hay con manzanas y pepinos, gazpachos manchegos y últimamente se han puesto muy de moda los [gazpachos de sandía](#), cerezas, etc.

**Mi receta favorita es la que no lleva pan**, puedes [ver un vídeo del Gazpacho Sin Pan aquí](#), que se prepara en un momento y que refresca como ningún otro. Pero hoy vamos a ver un típico **gazpacho andaluz** (con su pan, pimiento, tomates, pepino y ajo) .

Además, yo le añado al final **unos taquitos de manzana** (con piel) por que me encanta el contraste que le dan a esta receta.

Anímate y a la cocina!!!

**Ingredientes para hacer Gazpacho Andaluz** (para 4 vasos – 1 litro):

- 1 kilo de tomates bien maduros (con un color rojo acentuado)
- 1 pimiento verde tipo Italiano (unos 60 gramos)
- 1 trozo de pepino (de unos cuatro dedos de ancho)
- 1 trozo de cebolla (unos 100 gramos)
- 1 rebanada de pan (unos 50 gramos)
- 1 diente de ajo
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 3 cucharadas de vinagre de vino blanco
- 1 cuchara pequeña rasa con sal
- **Opcional:** 1/2 manzana verde (por ejemplo una Golden) y agua fría



**Receta para hacer Gazpacho Andaluz** (para cuatro personas – 1 litro):

1. **Lava** bien los tomates, el pepino y el pimiento. Deja escurrir.
2. Coge el vaso de la **batidora** (si no tienes puedes echar todo en una olla y usar una batidora de mano automática) y añade en su interior **el pan cortado a trozos** y los **tomates cortados** en cuatro trozos. Si quieres le puedes quitar la piel (yo se la dejo).
3. Quítale al **pimiento** el rabillo y las semillas, córtalo en cuatro o cinco trozos y ponlo con los tomates.
4. Pela el diente de **ajo** y ponlo con el resto de las verduras.
5. Coge el trozo de **cebolla** (pelada) y córtalo en tres o cuatro trozos. Añade al vaso de la batidora.
6. Coge un trozo de **pepino de unos cuatro dedos de largo** y péralo. Córtalo en cuatro o cinco trozos y a la batidora.
7. **Ahora que todas las verduras del gazpacho están en el vaso de la batidora pondremos ésta en funcionamiento** (bien tapada) y la dejaremos funcionando hasta que no quede ningún trozo de verdura (el tiempo dependerá de la potencia de la batidora).
8. Ahora **añade la sal, el aceite y el vinagre**. Te aconsejo empezar por tres cucharadas de vinagre y que vayas rectificando (añadiendo más) a tu gusto. Dale a la batidora cinco segundos y prueba. Rectifica de sal y vinagre a tu gusto.
9. **Si el gazpacho tiene la consistencia adecuada pasa al siguiente paso si no es así puedes añadir agua fría hasta que esté a tu gusto**. Ten en cuenta que dependiendo de la cantidad de pan que añadas y del contenido de agua que tengas las verduras esta cantidad no es fija así que tendrás que ir añadiendo poco a poco, mezclar y comprobar si está como a ti te gusta. También debes tener en cuenta que **si aguas demasiado el gazpacho** el sabor se rebajará y quizás tengas que rectificar de sal y vinagre.
10. Por último **añade la media manzana a cuadraditos** pequeños que teníamos reservada. **Mete en la nevera y sirve muy frío!!!**

- <http://javirecetas.hola.com/gazpacho-receta-de-gazpacho-andaluz/>

## Torticas de Morón

🕒 Tiempo de preparación: 35 minutos

🍴 Raciones: 24



Ingredientes:

½ libra de manteca

1 taza de azúcar

4 tazas de harina suave o fina de cake, medida después de cernida

1 limón verde Vainilla Azúcar en polvo

---

### Instrucciones

Según Dolores Alfonso y Rodríguez

Recuerde tener todos los ingredientes a temperatura ambiente antes de empezar a mezcla. Coloque un papel en el molde que va a usar para hornear. Es muy importante calentar el horno antes de preparar la mezcla. Hornee a la temperatura adecuada, exactamente el tiempo indicado

Se une bien el azúcar con la manteca y se le va agregando la harina hasta tener una pasta suave que no se pegue a los dedos, se le agrega la rasura de un limón verde y la vainilla y todo bien ligado se extiende con el rodillo, se le da la forma de torticas y se colocan en un molde provisto de un papel, se llevan al horno a 350°F (180°C), cocinándolas por espacio de 15 minutos, es decir, debe cocinarse, pero no dorarse; se bajan del horno y se polvorean con azúcar en polvo.

<http://www.cibercuba.com/cocina/recetas/torticas-de-moron>

## Receta cubana de frijoles colorados

Los frijoles colorados son uno de los platos preferidos de los cubanos y de aquellos que gustan de la comida cubana. Los frijoles colorados tienen varias formas de prepararse dependiendo de la región de Cuba donde se preparen. Para preparar los frijoles colorados estos son los ingredientes necesarios:

1. 8 rodajas de tocino
2. 1 cucharadita de aceite de oliva
3. 1 1/2 tazas de cebolla (picada)
4. 1 1/2 taza de pimiento verde (picado)
5. 4 dientes de ajo (picado)
6. 2 cucharadas de pasta de tomate
7. 1 1/2 cucharaditas de Orégano seco
8. 1 1/2 cucharaditas de comino molido
9. 1 cucharadita de sal
10. 1/2 cucharadita de pimienta negro
11. 1 hoja de laurel
12. 2 tazas de agua
13. 42 onzas de Caldo de pollo
14. 48 onzas de frijoles colorados
15. cebollas verdes

### Preparación de los frijoles colorados



Cocinar el tocino en una olla a fuego medio hasta que estén crujientes. Retirar el tocino de la sartén, reservando 1 cucharada de grasa en la sartén; desmoronar el tocino, y dejar de lado. Añadir el aceite a la sartén. Agregue la cebolla y el pimiento; saltear a fuego medio-alto durante 4 minutos o hasta que la cebolla esté tierna. Agregue el ajo y saltear 1 minuto o hasta que el ajo empiece a dorarse. Añadir la pasta de tomate y cocine 1 minuto, revolviendo constantemente. Agregue el orégano, el comino, la sal y la pimienta negra y cocine 2 minutos, revolviendo constantemente.


Coloque el tocino reservado y la hoja de laurel en una sartén y revuelva en el agua y 2 latas de caldo. Llevar a ebullición, tapar, bajar el fuego y cocine a fuego lento 20 minutos. Retire del fuego y deseche la hoja de laurel. Añada el resto de lata de caldo y frijoles. Cocinar 5 minutos a fuego lento o hasta que esté caliente, revolviendo con frecuencia. Adorne con las cebollas verdes, si se desea.


<http://www.cubaenmiami.com/recetas-de-comida-cubana/frijoles-colorados/>



## Arepa dominicana

Aquí llega una excelente opción para cuando tengas que elegir algún postre, fácil de preparar y con muy buen sabor.

 60 min. cocción

 15 min. preparación

 Dificultad **fácil**



### Ingredientes para preparar arepa dominicana

- 2 taza de harina de maíz
- 1 taza de azúcar
- 1 taza de leche evaporada
- 1 taza de leche de coco
- 1 cucharada de vainilla
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1 cucharadita de nuez mocada en polvo
- 2 cucharada de margarina o mantequilla
- Pasas
- Una pizca de sal

### ¿Cómo preparar arepa dominicana?

- En una olla de fondo grueso ponemos todos los ingredientes y llevamos a fuego medio moviendo constantemente hasta que tengamos una mezcla homogénea.
- 
- Después ponemos la mezcla en un molde previamente enmantequillado y lo llevamos al horno ya precalentado aproximadamente durante 40 minutos... sabremos que nuestra arepa está lista cuando al introducir un palito, éste sale limpio.

<http://arepa-dominicana.recetascomidas.com/>

## Papa a la huancaína

Es un plato típico e histórico de la cocina criolla peruana, compuesta por papa sancochada, bañada con salsa de ají molido, leche, aceite y queso fresco. En su presentación clásica es acompañada por huevos duros, aceitunas negras y hojas de lechuga.



### INGREDIENTES

Receta para 8 personas:

Papa 1 kg.

Para la salsa:

Queso fresco 400 GRMS.

Leche evaporada 1 tarro

Galletas de soda 1 paquete chico

Ají amarillo 2

Ajos 2 dientes

Cebolla ¼

Aceite c/n.

Decoración y complemento:

Huevos sancochados 04 (partidos por la mitad)

Aceituna 08

Hojas de lechuga (muy bien lavadas)

### PREPARACION

- Sancochar las papas, pelarlas y cuando enfríen partirlas en tajadas
- Freír un poco el ají previamente despepitado, los dientes de ajo y la cebolla, dejar enfriar.
- Para preparar la salsa, vierta en la licuadora el ají, ajos y cebolla, un poco del queso fresco trozado, galletas y leche, comenzar a licuar manteniendo una mezcla espesa, agregando poco a poco y hasta terminar el resto de los ingredientes.
- Servir: colocando la hoja de lechuga, las tajadas de papa, la salsa y decorar con el huevo y aceituna.

### CONSEJOS:

- Para que la papa no manche la olla en la cual se sancochan, hervirlas con media tajada de limón.
- Para que la papa tenga mejor sabor, agregar sal al momento de hervirlas.
- Para obtener huevos sancochados con la yema amarilla y evitar que esta adquiera un color negruzco, cocínelos de la siguiente manera:
  - Poner a hervir agua, cuando esta hierva, agregar los huevos, desde el momento, que estos comienzan a hervir cuente 10 minutos, sáquelos del fuego, vierta el agua caliente y écheles agua fría inmediatamente, apenas enfríen pélelos.

<http://www.deperu.com/recetas-cocina/entradas/papa-a-la-huancaina-1>

## Gallo Pinto (I) <http://recetastipicascr.com/recetas/recetas04/>

El *Gallo Pinto* es propio del Valle Central de Costa Rica. Es el plato principal y obligatorio para todo desayuno del tico. Hay algunas variantes, especialmente en la región del Caribe, donde se le llama “*Rice & Beans*” y se prepara con aceite de coco.

### INGREDIENTES:

- 28 gramos culantro
- 4 unidades dientes de ajo
- 40 gramos cebolla picada
- 40 ramos chile dulce picado
- 50 mililitros salsa Lizano\*
- 30 gramos margarina
- 5 gramos comino en polvo
- 15 gramos sal
- 450 gramos arroz pilado
- 275 gramos frijoles negros escurridos
- 100 gramos caldo de frijol



\* Si no está disponible, puede sustituirse por salsa Worcestershire (inglesa)

**PREPARACIÓN:** Caliente la Margarina en una olla (salsera), agregue el ajo, el chile y la cebolla, y sofría hasta que suelte olor. Agregue el caldo de Frijol, salsa y comino. Deje que hierva, agregue los frijoles y de nuevo deje que hierva bien agregando luego el arroz. Revuelve bien y deje que llegue a una temperatura de por lo menos 160 grados Fahrenheit durante 3 minutos. Por último agregue un rollito de culantro (cilantro) picado brocho, retire del fuego y revuelva bien. Usualmente se sirve con Natilla y/o plátano frito.

## Gallo Pinto (II)

**INGREDIENTES:** La base del gallo pinto son unos frijoles bien cocinados, que tengan buenos olores y jugo o caldo, también arroz blanco.

- 3 cucharadas de manteca de cerdo
- 1 taza de cebolla bien picada
- 230 gramos de chorizo de buena clase
- 3 tazas de frijol ya cocido
- 3 tazas de arroz

**PREPARACIÓN:** Ponga al fuego una sartén amplia con la manteca, sobre fuego mediano, caliente la manteca, agregue la cebolla, y fría moviendo por 5 minutos. Retire el pellejo del chorizo y agréguelo moviéndolo para que se suelte y se cocine un poco, cerca de 10 minutos. Ahora agregue el arroz y mezcle bien por 3 minutos, de último ponga los frijoles con todo y caldo mezclado, deje que todo se caliente bien. Si fuera necesario para mantener una cierta humedad, agregue un poquito más de caldo de frijoles. Sirva de inmediato en gallos con tortillas calientes. Si le agrada le puede poner chile picante o pasar una salserita o chilera con chile a su gusto.

## Gallo Pinto (III)

### INGREDIENTES:

- Arroz blanco (del día anterior)
- frijoles (del día anterior)
- culantro bien picado
- apio bien picado
- chile bien picado
- salsa inglesa (Lizano)
- aceite o manteca

### PREPARACIÓN:

1. Ponga a freír el apio, cebolla y chile en el aceite o manteca.
2. Agregue el arroz, los frijoles y la salsa inglesa y revuelva bien todo.
3. Por último, échele a la mezcla el culantro; así le dará más gusto.

## Albóndigas al estilo puertorriqueño

- 50 minutos
- 8 personas
- Puerto rico primeros platos

Me antoje y me fui al súper compre la carne y me puse manos a la obra, al final estuvieron de "show" esta receta me la enseno mi madre y muy pocas veces la hago, pero cuando me antojo me doy el placer; espero sean de su agrado. Se le puede anadir 1 ají picante para ese gustito, se acompañan con arroces guisados, arroz blanco con habichuelas, viandas hasta con vegetales

### Ingredientes

- 1 libra carne molida
- 1 cebolla
- 1 pimiento
- 3 hojas orégano brujo
- 4 recajo hoja ancha
- 1/2 tomate
- 1 sobre sazón con achiote
- 1 pote salsa de tomate
- aceite cocinar
- harina de trigo
- pimienta molida
- orégano molido
- ajo bien machacado
- 1 poco de adobo



### Pasos

1. La carne la deshaces y le añades un poco aceite de cocinar, adobo, pimienta molida y orégano molido, haces unas bolitas y las colocas en un plato o molde donde has echado harina de trigo, las empanas en la harina y las dejas reposar.
2. Las pones a freír en un sartén precalentado a fuego alto, las dejas que se doren por todos lados y en un plato llano las colocas a escurrir, mientras picas la cebolla en ruedas, el pimiento lo picas pequeño, el ajo que quede bien machacado, el tomate lo picas en cuadritos pequeños y las hojas de recajo y orégano brujo las picas lo más fino que puedas.
3. En un sartén grande añades el aceite y le echas los ingredientes y los pones a cocinar a fuego mediano, que los ingredientes se cocinen bien y añades el sazón con achiote, vas echando las albóndigas que se unan con los ingredientes las mueves y añades la salsa de tomate, le añades un poco de agua y lo dejas espesar, espero sea de su agrado



## Arepa frita

Tiempo de preparación: 20 min  
categoría: plato principal

*de Venezuela El sabor de la tradicional Arepa, nuestra embajadora, pero con el sabor crujiente que marca la diferencia y la hace una delicia a todos los paladares.*

### ingredientes

- 2 taza de harina de maíz precocida
- 1/2 tazas de agua (preferiblemente tibia)
- 1 cucharadita de sal
- 1 pizca de azúcar
- 1 cucharadita de mantequilla

### modo de preparación

#### Arepa frita

*En un bol, mezclamos todos los ingredientes y amasamos hasta obtener un mezcla suave que no se cuartee. La diferencia con la masa de las arepas asadas es que para freírlas necesitamos que la consistencia sea un poco más durita, para que no se nos doblen, ni rompan en el aceite.*

*Posteriormente formamos bolitas con las manos y aplastarlas uniformemente hasta formar una arepita, si quieres que se te abomben y te queden más tostaditas te recomiendo hacerlas bien finitas.*

*Fríelas en aceite muy caliente, con la ayuda de una espátula o espumadera ve bañando cada arepa por arriba con el aceite caliente APRA que no tengas que dar la vuelta en la sartén. Así no corremos tanto riesgo de quemarnos con el aceite caliente.*

*Una vez que veas que la cara de arriba e la arepita esta doradita, retírala del fuego y colócala en papel absorbente para eliminar el exceso de grasa.*

*Al igual que las otras arepitas, puedes acompañarlas con lo que desees.*

<http://www.micocinavenezolana.com/recetas/pag1/receta1.html>



## Arroz con Gandules

### Un Plato de Celebración Caribeña

En el Caribe el Arroz con Gandules evoca los recuerdos de las fiestas, celebraciones, familia y amigos; después de todo es una parte esencial de la cena Navideña.

La mejor parte de esta receta es que solo requiere de unos productos básicos GOYA, así que es fácil celebrar con este clásico durante todo el año.

**Rinde 4 porciones**

**Tiempo de preparación:** 25 min.

**Tiempo total:** 1 hora

#### Ingredientes

1 cda. de [Aceite de Oliva Extra Virgen Goya](#)

¼ lb. de Jamón del País, cortado en cubos

½ pimiento verde, picado (alrededor de ½ taza)

½ cebolla amarilla, picada (aproximadamente ½ taza)

2 paquetes de [Sazón GOYA® con Culantro y Achiote](#)

1 cda. de [Ajo GOYA®](#)

2 cdta. de cilantro, finamente picado

1 cda. de orégano seco

1 ½ taza de [Arroz GOYA® Grano Mediano](#)

1 lata (15 oz.) de [Gandules GOYA®](#)

4 oz. de [Salsa de Tomate GOYA®](#)

1/4 taza de [Aceitunas Manzanilla GOYA® Rellenas con Pimientos](#), rebanadas



#### Instrucciones

1. Caliente el aceite en una cacerola a fuego medio-alto. Añada el jamón a la sartén y cocínalo aproximadamente 5 minutos, hasta que se doren por todos lados. Añada el pimentón y la cebolla, revolviendo de vez en cuando para evitar que se pegue, alrededor de 10 minutos o hasta que los vegetales estén suaves y translúcidos. Añada el Sazón, ajo, cilantro y orégano. Continúe cocinando por aproximadamente 30 segundos.
2. Añada el Arroz a la cazuela. Revolviendo constantemente, por aproximadamente 1 minuto hasta que esté cubierto en aceite y tostado. Incorpore los Gandules, Salsa de Tomate, Aceitunas y 1 ½ taza de agua, revolviendo con una cuchara de madera, hasta que hierva. Deje cocinar, sin tapar, por alrededor de 10 minutos hasta que el agua se evapore. Revuelva suavemente el arroz de abajo hacia arriba.
3. Baje el fuego, tape la cazuela y deje cocinar por aproximadamente 15 minutos, hasta que el arroz esté tierno. Retire la olla del fuego. Suavemente revuelva el arroz con un tenedor. Cubra el recipiente y deje reposar por 5 minutos.

<http://www.goya.com/espanol/recipes/recipe.html?recipeID=4>



Esta receta para la tradicional salsa chimichurri argentina se prepara con perejil, orégano, ajo, cebolla, aji o pimiento picante, vinagre y aceite. Me da cuenta de que me faltaba compartir mi receta de esta clásica salsa argentina, a pesar de que anteriormente he publicado una receta para la [versión rápida del chimichurri](#) que utiliza albahaca fresca y también mi receta del [chimichurri balsámico](#), que tiene una mayor proporción de orégano y lleva vinagre balsámico. El chimichurri argentino se suele preparar con un mortero o picando las hierbas finamente. A veces (como en la receta rápida) se puede tomar un atajo al prepararlo en el procesador de alimentos, pero para la receta tradicional es mejor prepararlo a mano.

Para esta receta use orégano fresco y aji fresco, pero también se puede usar orégano seco y pimiento o aji seco si no hay producto fresco disponible. Durante los meses de verano, les recomiendo preparar el chimichurri con los ingredientes frescos. Me encanta el orégano fresco y es tan fácil de cultivar – no importa si tiene una huerta grande o un simple balcón con macetas. La cantidad de vinagre que se usa se puede ajustar de acuerdo a su gusto, personalmente solo me gusta un toque ligero de acidez así que uso solo un poco de vinagre y un poquito de jugo de limón. La salsa chimichurri se suele utilizar para acompañar platos de carne y pollo – especialmente para los asados o parrilladas. Esta salsa argentina también es muy rica simplemente con pedazos de pan tostado o asado, o para acompañar empanadas y verduras (asadas, al vapor, etc), y también me encanta usarlo para adobar o marinar carnes.

#### Chimichurri

Porciones: ~1 1/2 tazas de salsa chimichurri

Receta para la tradicional salsa chimichurri argentina, preparada con perejil, orégano, ajo, cebolla, aji o pimiento picante, vinagre y aceite.

#### Ingredientes

- ½ manojo de perejil, aproximadamente ½ taza de hojas de perejil finamente picadas
- 2 cucharadas de orégano fresco picado finamente
- 2-4 dientes de ajo machacados, ajuste al gusto
- ½ taza de cebollines o cebollita verde finamente picada
- 1 pequeño aji o pimiento picante rojo, desvenado, sin semillas y finamente picado (puede ser sustituido con 1-2 cucharaditas de hojuelas de chile o pimiento picante seco) – ajuste a su gusto
- 2 cucharadas de vinagre de vino tinto, o cualquier vinagre, ajuste a su gusto
- 1 cucharada de jugo de limón fresco
- ½ taza de aceite (personalmente me gusta usar aceite de oliva aunque no sea 100% tradicional argentino)
- Sal y pimienta al gusto

#### Preparación

1. Combine todos los ingredientes en un tazón mediano y mezcle bien. Pruebe y ajuste el sabor de acuerdo a su gusto
2. El chimichurri se puede preparar de antemano, pero se debe mantener refrigerado y es mejor si se consume dentro de las 24-48 horas.

<http://laylita.com/recetas/2013/08/12/chimichurri/>