

11

RECETAS QUE SIEMPRE SALEN BIEN



Bienvenido/a a este Ebook

COCINA CASERA: RECETAS SIMPLES Y EFECTIVAS

SI HAS LLEGADO HASTA AQUÍ, ES PORQUE APRECIAS LA COCINA CASERA, SENCILLA Y CON RECETAS QUE REALMENTE DAN RESULTADOS.

EN ESTE EBOOK, DESCUBRIRÁS **10 RECETAS FÁCILES, DE LAS DE TODA LA VIDA, DISEÑADAS PARA EL DÍA A DÍA Y EXPLICADAS **PASO A PASO** PARA QUE TE SALGAN BIEN, INCLUSO SI NO TIENES MUCHA EXPERIENCIA EN LA COCINA.**

MI OBJETIVO ES AYUDARTE A **COMER MEJOR, **AHORRAR TIEMPO** Y **DISFRUTAR MÁS** DE TUS MOMENTOS EN LA COCINA.**

ÍNDICE

POLLO AL HORNO JUGOSO

ALBÓNDIGAS CASERAS

TORTILLA DE PATATAS

PASTA CON ATUN FÁCIL

ARROZ CUBANA

ENTRECOT DE TERNERA

COSTILLAS DE TERNERA AL HORNO

CARNE EN SALSA

ENSALADILLA RUSA

LECHE FRITA

PATATAS BRAVAS

POLLO AL HORNO JUGOSO

**UNA RECETA FÁCIL Y RESULTONA, PERFECTA PARA
CUALQUIER DÍA. NO TIENE MISTERIO Y SIEMPRE
QUEDA JUGOSA.**

INGREDIENTES

- **1 POLLO ENTERO (APROXIMADAMENTE 1,5 KG), LIMPIO**
- **4 PATATAS MEDIANAS, CORTADAS EN RODAJAS GRUESAS**
 - **1 CEBOLLA, EN JULIANA**
 - **4 DIENTES DE AJO, MACHACADOS**
- **2 LIMONES (UNO EN RODAJAS Y OTRO PARA SU JUGO)**
- **3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA**
- **1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN DULCE**
- **1 CUCHARADITA DE TOMILLO, YA SEA SECO O FRESCO**
 - **1 CUCHARADITA DE ROMERO**
 - **SAL Y PIMIENTA AL GUSTO**
- **100 ML DE VINO BLANCO (OPCIONAL)**

INSTRUCCIONES PASO A PASO

PREPARAR EL POLLO:

PRECALIENTA EL HORNO A 200°C.

COLOCA EL POLLO EN UNA BANDEJA DE HORNO Y SÉCALO BIEN CON PAPEL DE COCINA.

SALPIMENTA EL POLLO POR DENTRO Y POR FUERA. INTRODUCE DENTRO DEL POLLO UNAS RODAJAS DE LIMÓN Y DOS DIENTES DE AJO MACHACADOS.

PREPARAR LA GUARNICIÓN:

COLOCA LAS PATATAS Y LA CEBOLLA EN LA BASE DE LA BANDEJA.

ALIÑA CON ACEITE DE OLIVA, SAL, PIMIENTA Y LAS HIERBAS AROMÁTICAS.

AÑADE EL JUGO DE UN LIMÓN Y EL VINO BLANCO SOBRE LAS PATATAS.

HORNEAR EL POLLO:

PINCELA EL POLLO CON ACEITE DE OLIVA Y

ESPOLVOREA EL PIMENTÓN DULCE POR ENCIMA.

HORNEA DURANTE 1 HORA Y 15 MINUTOS, REGANDO DE VEZ EN CUANDO CON SUS JUGOS.

SI EL POLLO SE DORA DEMASIADO RÁPIDO, CÚBRELO CON PAPEL DE ALUMINIO.

COMPRUEBA LA COCCIÓN: AL PINCHAR LA PARTE MÁS GRUESA DEL MUSLO, LOS JUGOS DEBEN SALIR CLAROS.

SERVIR:

DEJA REPOSAR EL POLLO 5 MINUTOS ANTES DE CORTARLO.

SÍRVELO ACOMPAÑADO DE LAS PATATAS ASADAS Y UNA ENSALADA FRESCA. 

ALBÓNDIGAS EN SALSA CASERA

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- **500 G DE CARNE PICADA (MEZCLA DE CERDO Y TERNERA)**
- **1 HUEVO**
- **2 DIENTES DE AJO PICADOS**
- **2 CUCHARADAS DE PAN RALLADO**
- **2 CUCHARADAS DE LECHE**
- **PEREJIL FRESCO PICADO**
- **SAL Y PIMIENTA AL GUSTO**
- **HARINA PARA REBOZAR**
- **ACEITE PARA FREÍR**

PARA LA SALSA:

- 1 CEBOLLA GRANDE PICADA**
- 2 DIENTES DE AJO PICADOS**
- 2 ZANAHORIAS EN RODAJAS**
- 400 G DE TOMATE TRITURADO**
- 200 ML DE CALDO DE CARNE**
- 1 HOJA DE LAUREL**
- SAL Y PIMIENTA AL GUSTO**
- 1 CUCHARADITA DE AZÚCAR (PARA CORREGIR LA ACIDEZ DEL TOMATE)**
- 1 CUCHARADA DE ACEITE DE OLIVA**

INSTRUCCIONES

PREPARAR LAS ALBÓNDIGAS:

EN UN BOL, MEZCLA LA CARNE PICADA CON EL HUEVO, EL AJO, EL PAN RALLADO, LA LECHE, EL PEREJIL, LA SAL Y LA PIMIENTA.

AMASA BIEN HASTA QUE TODOS LOS INGREDIENTES ESTÉN INTEGRADOS.

FORMA BOLITAS DEL TAMAÑO DE UNA NUEZ Y PÁSALAS POR HARINA.

FRÍE LAS ALBÓNDIGAS EN ACEITE CALIENTE HASTA QUE ESTÉN DORADAS POR FUERA. RESERVA.

PREPARAR LA SALSA:

EN UNA SARTÉN GRANDE, CALIENTA EL ACEITE DE OLIVA Y SOFRÍE LA CEBOLLA, EL AJO Y LA ZANAHORIA DURANTE 5 MINUTOS.

AÑADE EL TOMATE TRITURADO, LA HOJA DE LAUREL, LA SAL, LA PIMIENTA Y EL AZÚCAR.

COCINA A FUEGO MEDIO DURANTE 10 MINUTOS, REMOVIENDO OCASIONALMENTE.

AGREGA EL CALDO DE CARNE Y DEJA COCINAR A FUEGO BAJO POR 10 MINUTOS MÁS.

COCINAR LAS ALBÓNDIGAS EN LA SALSA:

INCORPORA LAS ALBÓNDIGAS A LA SALSA Y COCINA A FUEGO BAJO DURANTE 10 MINUTOS PARA QUE SE IMPREGNEN BIEN DE SABOR.

SI LA SALSA QUEDA MUY ESPESA, PUEDES AÑADIR UN POCO MÁS DE CALDO O AGUA

TORTILLA DE PATATAS

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- **4 PATATAS GRANDES**
- **5 HUEVOS**
- **1 CEBOLLA (OPCIONAL)**
- **200 ML DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA**
- SAL AL GUSTO**

INSTRUCCIONES

PELA Y CORTA LAS PATATAS EN RODAJAS FINAS O EN PEQUEÑOS CUBOS.

SI DECIDES INCLUIR CEBOLLA, PÍCALA EN TROZOS PEQUEÑOS.

EN UNA SARTÉN, CALIENTA ACEITE DE OLIVA Y AÑADE LAS PATATAS JUNTO CON LA CEBOLLA.

COCINA A FUEGO MEDIO-BAJO DURANTE APROXIMADAMENTE 15 MINUTOS, REMOVIENDO DE VEZ EN CUANDO, HASTA QUE ESTÉN TIERNAS.

ESCURRE LAS PATATAS Y LA CEBOLLA PARA ELIMINAR EL EXCESO DE ACEITE.

EN UN BOL GRANDE, BATE LOS HUEVOS CON UNA PIZCA DE SAL.

AGREGA LAS PATATAS Y LA CEBOLLA AL BOL, Y MEZCLA BIEN.

CALIENTA UNA SARTÉN CON UN POCO DE ACEITE Y VIERTE LA MEZCLA EN ELLA.

COCINA A FUEGO MEDIO DURANTE 5 MINUTOS, HASTA QUE LA BASE ESTÉ DORADA.

UTILIZA UN PLATO GRANDE PARA DAR LA VUELTA A LA TORTILLA Y COCÍNALA POR EL OTRO LADO DURANTE 3-5 MINUTOS MÁS.

SIRVE LA TORTILLA CALIENTE O FRÍA, SEGÚN TU PREFERENCIA.

PASTA CON ATUN

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- **250 G DE PASTA** (ESPAQUETIS, MACARRONES O LA QUE PREFIERAS)**
- ****2 LATAS DE ATÚN** EN ACEITE DE OLIVA (BIEN ESCURRIDAS)**
 - ****1 CEBOLLA PEQUEÑA****
 - ****2 DIENTES DE AJO****
- ****200 ML DE TOMATE TRITURADO** O TOMATE FRITO CASERO**
- ****ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA****
- ****SAL Y PIMIENTA** AL GUSTO**
- ****OPCIONAL:** ORÉGANO, ALBAHACA O QUESO RALLADO**

INSTRUCCIONES

COCINA LA PASTA

EN UNA OLLA CON AGUA ABUNDANTE Y SAL, CUECE LA PASTA SEGÚN LAS INSTRUCCIONES DEL PAQUETE. MIENTRAS SE HACE, VAMOS PREPARANDO EL SOFRITO DEL ATÚN.

SOFRÍE LA CEBOLLA Y EL AJO

EN UNA SARTÉN CON UN BUEN CHORRITO DE ACEITE DE OLIVA, SOFRÍE LA CEBOLLA PICADA FINITA HASTA QUE ESTÉ TRANSPARENTE. AÑADE LOS AJOS PICADOS Y DEJA QUE SE DOREN UN PELÍN, SIN QUE SE QUEMEN.

AÑADE EL TOMATE

INCORPORA EL TOMATE TRITURADO Y COCINA A FUEGO MEDIO UNOS 10 MINUTOS, HASTA QUE ESPESÉ UN POCO. ECHA UNA PIZCA DE SAL, PIMIENTA Y SI TE GUSTA, UN TOQUE DE ORÉGANO O ALBAHACA SECA.

INCORPORA EL ATÚN

AGREGA EL ATÚN DESMIGADO (BIEN ESCURRIDO DEL ACEITE DE LA LATA) Y REMUEVE BIEN PARA QUE SE INTEGRE CON LA SALSA. COCINA 2-3 MINUTOS MÁS.

MEZCLA CON LA PASTA

ESCURRE LA PASTA Y MÉZCLALA CON LA SALSA DE ATÚN. DALE UNAS VUELTAS AL FUEGO UN PAR DE MINUTOS PARA QUE COJA TODO EL SABOR Y... ¡LISTA PARA SERVIR!

ARROZ A LA CUBANA

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- **2 TAZAS DE ARROZ BLANCO**
- **2 PLÁTANOS MADUROS**
- **4 HUEVOS**
- **200 G DE SALSA DE TOMATE**
- **2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA**
- **SAL Y PIMIENTA AL GUSTO**

INSTRUCCIONES

- COCINA EL ARROZ BLANCO EN UNA OLLA CON AGUA Y SAL HASTA QUE ESTÉ SUAVE.
- PELA Y CORTA LOS PLÁTANOS EN RODAJAS, Y FRÍELOS EN ACEITE CALIENTE HASTA QUE ESTÉN DORADOS.
- EN OTRA SARTÉN, FRÍE LOS HUEVOS CON UNA PIZCA DE SAL.
- CALIENTA LA SALSA DE TOMATE EN UNA PEQUEÑA CACEROLA.

FINALMENTE, SIRVE EL ARROZ EN UN PLATO, COLOCA EL PLÁTANO FRITO Y EL HUEVO ENCIMA, Y ACOMPAÑA CON LA SALSA DE TOMATE.

ENTRECOT DE TERNERA

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INSTRUCCIONES

- ****SACA LOS ENTRECOTS DE LA NEVERA** 30 MINUTOS ANTES DE COCINARLOS PARA QUE ALCANCEN LA TEMPERATURA AMBIENTE.**
- ****CALIENTA** UNA PARRILLA O SARTÉN A FUEGO ALTO Y AÑADE ACEITE DE OLIVA.**
- CUANDO EL ACEITE ESTÉ BIEN CALIENTE, ****COLOCA LOS ENTRECOTS** Y COCINA DURANTE 3-4 MINUTOS POR CADA LADO PARA CONSEGUIR UN TÉRMINO MEDIO.**
- EN EL ÚLTIMO MINUTO DE COCCIÓN, ****AGREGA** EL AJO PICADO, EL ROMERO Y LA MANTEQUILLA.** BAÑA LA CARNE CON LOS JUGOS.
- ****RETIRA DEL FUEGO** Y DEJA REPOSAR LOS ENTRECOTS DURANTE 5 MINUTOS ANTES DE SERVIR.**

****ESPOLVOREA** CON SAL EN ESCAMAS Y PIMIENTA NEGRA. ¡DISFRUTA DE UN PLATO ESPECTACULAR!**  

COSTILLAS DE TERNERA AL HORNO

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- ****1,5 KG** DE COSTILLAS DE TERNERA**
- ****4** DIENTES DE AJO**
- ****1** CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE**
- ****1** CUCHARADITA DE TOMILLO SECO**
- ****1** CUCHARADITA DE ROMERO SECO**
- ****1** CUCHARADITA DE COMINO EN POLVO**
- **SAL Y PIMIENTA AL GUSTO**
- ****2** CUCHARADAS DE MOSTAZA (OPCIONAL, PERO LE DA UN TOQUE INCREÍBLE)**
- ****60 ML** DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA**
- ****1** VASO DE VINO BLANCO**

INSTRUCCIONES

PREPARA EL MARINADO

PICA BIEN LOS AJOS Y MÉZCLALOS EN UN BOL CON EL PIMENTÓN, TOMILLO, ROMERO, COMINO, SAL, PIMIENTA, LA MOSTAZA Y EL ACEITE DE OLIVA. ESTO SERÁ EL ALIÑO ESTRELLA PARA NUESTRAS COSTILLAS DE TERNERA AL HORNO.

UNTA LAS COSTILLAS

COLOCA LAS COSTILLAS EN UNA BANDEJA O FUENTE GRANDE Y ÚNTALAS BIEN CON EL MARINADO. MASAJEA CON LAS MANOS PARA QUE SE IMPREGNEN POR TODOS LADOS. TÁPALAS CON FILM Y DÉJALAS REPOSAR MÍNIMO 2 HORAS, PERO SI PUEDES, MEJOR DE UN DÍA PARA OTRO EN LA NEVERA.

AL HORNO CON CARIÑO

PRECALIENTA EL HORNO A 180 °C. COLOCA LAS COSTILLAS EN UNA BANDEJA DE HORNO CON EL HUESO HACIA ABAJO, AÑADE EL VINO BLANCO Y CÚBRELAS CON PAPEL DE ALUMINIO. HORNÉALAS 1 HORA Y 30 MINUTOS.

DORADO FINAL

QUITA EL PAPEL DE ALUMINIO Y SUBE LA TEMPERATURA A 200 °C. HORNÉALAS 20-30 MINUTOS MÁS HASTA QUE ESTÉN BIEN DORADAS Y CARAMELIZADAS POR ENCIMA. ¡ESE ES EL TOQUE MAESTRO!

A LA MESA

SÍRVELAS CALIENTES, CORTADAS EN PORCIONES. PUEDES ACOMPAÑARLAS DE PATATAS ASADAS, ENSALADA O LO QUE MÁS TE GUSTE. ¡Y NO OLVIDES MOJAR EN LA SALSITA! 

CARNE EN SALSA

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- ****1,2 KG DE CARNE PARA GUIRAR** (PUEDE SER MAGRO DE CERDO O TERNERA) — IDEAL PARA PREPARAR CARNE EN SALSA DE CEBOLLA O TERNERA.**
- ****2 CEBOLLAS GRANDES** (PERFECTAS COMO BASE PARA CARNE EN SALSA DE CEBOLLA SI ASÍ LO PREFIERES).**
- ****3 DIENTES DE AJO.****
- ****2 ZANAHORIAS MEDIANAS.****
- ****1 PIMIENTO ROJO** O ****2 PIMIENTOS VERDES** (OPCIONAL).****
- ****2 HOJAS DE LAUREL.****
- ****1 RAMA DE TOMILLO** O ****1 CUCHARADITA DE ORÉGANO.******
- ****150 ML DE VINO BLANCO** (O TINTO, SEGÚN TU ELECCIÓN).**
- ****400 G DE TOMATE TRITURADO** — UNA BASE DELICIOSA PARA MUCHAS SALSAS DE CARNE.**
- ****1 CUCHARADA DE CONCENTRADO DE TOMATE** O ****UNA CUCHARADITA DE GRANADINA** (OPCIONAL, PARA UN TOQUE DE BRILLO Y DULZOR SIMILAR A RECETAS CON GRANADINA).****
- ****CALDO DE CARNE** O ****AGUA** SUFICIENTE PARA CUBRIR.****
- ****SAL Y PIMENTA** AL GUSTO.**
- ****ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA.****
- ****1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN** (DULCE O UNA MEZCLA DULCE/PICANTE PARA UN ESTILO MÁS ATREVIDO).**
- ****1 CUCHARADA DE HARINA** (OPCIONAL, PARA ESPESAR LA SALSA DE MANERA SENCILLA).**

INSTRUCCIONES

****SELECCIONA LA CARNE ADECUADA****

PARA UN GUISO TRADICIONAL DE CARNE EN SALSA, LO MEJOR ES OPTAR POR CORTES IDEALES PARA GUIRAR: AGUJA, JARRETE, MORCILLO, O LA FAMOSA CABEZADA DE CERDO SI BUSCAS UN SABOR MÁS GRASO Y DELICIOSO (PERFECTA PARA LA CARNE EN SALSA). SI PREFIERES EL CERDO, EL MAGRO O LA CABEZADA SON EXCELENTE OPCIONES.

****CORTA Y SELLA — PASO CLAVE PARA LA SALSA****

CORTA LA CARNE EN TROZOS DE TAMAÑO UNIFORME Y SÉCALA BIEN. AÑADE SAL Y PIMIENTA, Y SELLA EN UNA CAZUELA AMPLIA CON UN CHORRITO DE ACEITE HASTA QUE ADQUIERA COLOR. ESTE PROCESO DE SELLADO PROPORCIONA PROFUNDIDAD AL SABOR DE LA SALSA Y EVITA QUE LA CARNE PIERDA SUS JUGOS DURANTE LA COCCIÓN.

****SOFrito BASE PARA LA CARNE EN SALSA CASERA****

EN LA MISMA CAZUELA, SOFRÍE LA CEBOLLA Y EL AJO HASTA QUE ESTÉN TRANSLÚCIDOS. LUEGO, AÑADE LA ZANAHORIA Y EL PIMIENTO. INCORPORA EL PIMENTÓN CON CUIDADO (SIN QUEMARLO) Y EL TOMATE TRITURADO. SI BUSCAS UNA CARNE EN SALSA FÁCIL, ESTE SOFRITO ES FUNDAMENTAL: SIMPLE Y EFECTIVO.

DEGLASA Y AÑADE LÍQUIDOS

AUMENTA EL FUEGO Y VIERTE EL VINO PARA DESGLASAR, RASPANDO LOS RESTOS ADHERIDOS AL FONDO; ESTO ES LO QUE LE DA ESE TOQUE “DE BAR”.

CUANDO EL ALCOHOL SE EVAPORE, AÑADE CALDO HASTA CUBRIR LA CARNE. SI DESEAS UNA CARNE EN SALSA EXTREMADAMENTE TIERRNA, COCINA A FUEGO LENTO O UTILIZA UNA OLLA EXPRÉS PARA ACELERAR EL PROCESO SIN SACRIFICAR LA TEXTURA.

COCCIÓN Y AJUSTE DE TEXTURA

COCINA A FUEGO BAJO DURANTE 1 A 1.5 HORAS (O DE 35 A 45 MINUTOS EN OLLA A PRESIÓN). SI PREFIERES UNA OPCIÓN RÁPIDA Y SENCILLA, LA OLLA EXPRÉS SERÁ TU MEJOR AMIGA. PARA ESPESAR LA SALSA, PUEDES REDUCIR A FUEGO VIVO AL FINAL O AÑADIR UNA MEZCLA DE HARINA Y AGUA. OTRA ALTERNATIVA COMÚN EN MUCHAS RECETAS DE CARNE CON SALSA ES AGREGAR UNA CUCHARADA DE CONCENTRADO O UN CHORRITO DE GRANADINA PARA EQUILIBRAR LA ACIDEZ Y EL DULZOR.

REPOSA Y SIRVE

DEJA REPOSAR UNOS MINUTOS ANTES DE SERVIR; ESTO PERMITIRÁ QUE LA SALSA SE ASIENTE MEJOR Y QUE LOS JUGOS SE REDISTRIBUYAN. ACOMPAÑA LA CARNE EN SALSA CON ARROZ BLANCO, PATATAS O PAN RÚSTICO PARA MOJAR, TAL COMO SE HACE EN MUCHAS RECETAS DE BARES EN GRANADA Y ANDALUCÍA.

ENSALADILLA RUSA

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- **4 PATATAS MEDIANAS**
- **3 ZANAHORIAS**
- **150 G DE GUISANTES**
- **3 HUEVOS DUROS**
- **200 G DE ATÚN EN CONSERVA**
- **250 G DE MAYONESA CASERA O DE ALTA CALIDAD**
- **SAL AL GUSTO**

INSTRUCCIONES

COCER LAS VERDURAS

- LAVA LAS PATATAS Y LAS ZANAHORIAS.
- HIÉRVELAS EN ABUNDANTE AGUA CON SAL HASTA QUE ESTÉN TIERNAS, AÑADIENDO LOS GUISANTES A MITAD DE COCCIÓN PARA QUE NO SE PASEN.

PREPARAR LOS HUEVOS

- COCINA LOS HUEVOS DURANTE 10 MINUTOS, ENFRÍALOS EN AGUA Y PÉLALOS.

PELAR Y PICAR

- PELA LAS PATATAS, ZANAHORIAS Y HUEVOS.
- CÓRTALOS EN CUBOS PEQUEÑOS PARA LOGRAR UNA TEXTURA UNIFORME.

MEZCLAR LA BASE

- EN UN BOL GRANDE, COMBINA LAS VERDURAS, LOS HUEVOS Y EL ATÚN DESMENUZADO.
- AGREGA MAYONESA Y MEZCLA SUAVEMENTE PARA NO ROMPER LOS INGREDIENTES.

VERSIONES AVANZADAS

- PARA LA RECETA TRADICIONAL, AÑADE ACEITUNAS, PIMIENTO ASADO Y UN TOQUE DE ACEITE DE OLIVA.
- PARA UNA VERSIÓN MÁS GOURMET, INCORPORA GAMBAS, VENTRESCA Y MOSTAZA A LA MAYONESA.

ENFRIAR ANTES DE SERVIR

- REFRIGERA LA ENSALADILLA DURANTE AL MENOS 2 HORAS PARA QUE LOS SABORES SE INTEGREN.

DECORAR AL ESTILO MAESTRO

AÑADE TIRAS DE PIMIENTO, RODAJAS DE HUEVO, HUEVAS DE SALMÓN O PEREJIL PICADO ANTES DE LLEVARLA A LA MESA.

LECHE FRITA

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- **500 ML DE LECHE ENTERA**
- **100 G DE AZÚCAR**
- **50 G DE MAICENA**
- **1 RAMA DE CANELA**
- **1 CÁSCARA DE LIMÓN (SIN LA PARTE BLANCA)**
- **1 CUCHARADITA DE ESENCIA DE VAINILLA (OPCIONAL)**
- **HARINA Y HUEVO BATIDO PARA REBOZAR**
- **ACEITE DE OLIVA SUAVE O DE GIRASOL PARA FREÍR**
- AZÚCAR Y CANELA EN POLVO PARA ESPOLVOREAR**

INSTRUCCIONES

INFUSIONA LA LECHE

EN UN CAZO, PON 400 ML DE LECHE CON LA CÁSCARA DE LIMÓN Y LA RAMA DE CANELA. CALIENTA SIN QUE LLEGUE A HERVIR, APAGA EL FUEGO Y DEJA REPOSAR 10 MINUTOS PARA QUE COJA BIEN EL AROMA.

INFUSIONA LA LECHE

MEZCLA LA MAICENA

EN OTRO RECIPIENTE, DISUELVE LA MAICENA CON LOS 100 ML DE LECHE RESTANTES Y EL AZÚCAR. SI USAS VAINILLA, AÑÁDELA TAMBIÉN AQUÍ.

MEZCLA LA MAICENA

UNE LAS MEZCLAS

CUELA LA LECHE INFUSIONADA PARA QUITAR LA CANELA Y EL LIMÓN, Y MÉZCLALA CON LA PREPARACIÓN ANTERIOR. PON TODO DE NUEVO EN EL CAZO A FUEGO MEDIO, REMOVIENDO SIN PARAR HASTA QUE ESPESE (UNOS 5-10 MINUTOS).

UNE LAS MEZCLAS

DEJA ENFRIAR

VIERTA LA MEZCLA EN UNA FUENTE ENGRASADA O FORRADA CON PAPEL FILM. ALISA LA SUPERFICIE Y DEJA ENFRIAR PRIMERO A TEMPERATURA AMBIENTE Y LUEGO EN LA NEVERA AL MENOS 2 HORAS (MEJOR DE UN DÍA PARA OTRO).

DEJA ENFRIAR LA MASA DE LA LECHE FRITA

REBOZA Y FRÍE

CORTA LA MASA EN CUADRADOS, PÁSALOS POR HARINA Y HUEVO BATIDO Y FRÍELOS EN ACEITE CALIENTE HASTA QUE ESTÉN DORADITOS. DÉJALOS ESCURRIR SOBRE PAPEL ABSORBENTE.

REBOZA Y FRÍE LA LECHE

EL TOQUE FINAL

ESPOLVOREA CON AZÚCAR Y CANELA EN POLVO AL GUSTO. ¡Y A DISFRUTAR!

PATATAS BRAVAS

UNA RECETA FÁCIL Y CASERA, IDEAL PARA EL DÍA A DÍA. SE PREPARA CON INGREDIENTES SENCILLOS Y SIEMPRE SALE BIEN.

INGREDIENTES

- **4 PATATAS MEDIANAS (APROXIMADAMENTE 600 G)**
- **ACEITE DE OLIVA PARA FREÍR**
- **SAL AL GUSTO**

INGREDIENTES PARA LA SALSA BRAVA:

- **1 CEBOLLA PEQUEÑA**
- **2 DIENTES DE AJO**
- **1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN DULCE**
- **$\frac{1}{2}$ CUCHARADITA DE PIMENTÓN PICANTE (AJUSTA AL GUSTO)**
- **1 CUCHARADITA DE HARINA**
- **200 ML DE CALDO DE POLLO O DE VERDURAS**
- **2 CUCHARADAS DE TOMATE FRITO**
- **ACEITE DE OLIVA, SAL Y PIMIENTA**

INSTRUCCIONES

****PELA Y CORTA LAS PATATAS** EN CUBOS MEDIANOS. DÉJALAS EN AGUA FRÍA DURANTE UNOS 10 MINUTOS PARA QUE SUELLEN EL ALMIDÓN Y QUEDEN MÁS CRUJIENTES.**

****ESCÚRRELAS Y SÉCALAS BIEN.** FRÍELAS EN ABUNDANTE ACEITE CALIENTE A FUEGO MEDIO HASTA QUE ESTÉN TIERNAS POR DENTRO Y DORADAS POR FUERA. RETÍRALAS SOBRE PAPEL ABSORBENTE Y AÑADE SAL AL GUSTO.**

****PARA PREPARAR LA SALSA BRAVA,** SOFRÍE EN UNA SARTÉN CON ACEITE LA CEBOLLA PICADA Y LOS AJOS HASTA QUE TOMEN UN COLOR DORADO.**

****INCORPORA EL PIMENTÓN DULCE Y EL PICANTE,** REMOVIENDO RÁPIDAMENTE PARA QUE NO SE QUEMEN, Y AÑADE LA HARINA. COCINA DURANTE 1 MINUTO.**

****VIERTE EL CALDO POCO A POCO,** REMOVIENDO PARA EVITAR GRUMOS. AÑADE EL TOMATE FRITO Y DEJA COCINAR A FUEGO BAJO DURANTE 10-15 MINUTOS HASTA QUE ESPESE. AJUSTA LA SAL Y PIMIENTA A TU GUSTO.**

****SI PREFIERES UNA TEXTURA MÁS FINA,** TRITURA LA SALSA Y VIÉRTALA SOBRE LAS PATATAS BRAVAS JUSTO ANTES DE SERVIR. TAMBIÉN PUEDES OFRECERLA POR SEPARADO.**

GRACIAS POR DESCARGAR ESTE EBOOK

ESPERO QUE ESTAS RECETAS TE FACILITEN LA COCINA, PERMITIÉNDOTE DISFRUTAR MÁS DE TU DÍA A DÍA SIN COMPLICACIONES. EN MI SITIO WEB, COMPARTO NUEVAS RECETAS CASERAS CADA SEMANA, DETALLADAS PASO A PASO Y DISEÑADAS PARA QUE TE SALGAN PERFECTAS DESDE EL PRIMER INTENTO.

 **VISÍTAME AQUÍ:**

RECETASELITE.COM