

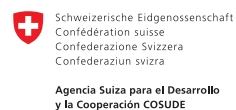


RECETARIO

PARA EL USO DEL HORNO
MEJORADO PORTATIL DE:



Financiado por:



Implementado por:



Gracias a auspicio de:

Linklaters

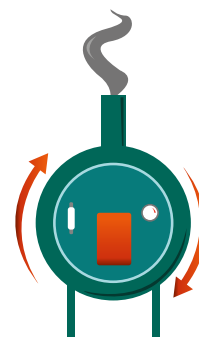
Con el soporte De:



INTRODUCCIÓN

En este recetario disfrutaremos de una variedad de exquisitos platos que son parte indispensable en nuestra comida. son recetas accesibles, con ingredientes que se consiguen sin dificultad y muy económicos dada la eficiencia en el uso de leña obtenido con el horno mejorado de FONDENERGIA.

Aquí encontrará la información necesaria para la preparación de los platos en el “Horno Mejorado”, así como la cantidad de leña y el tiempo de preparación de los mismos.



ÍNDICE

PLATOS DE ENTRADA

Pastel de alcachofa	1
Pastel de papa	2
Pastel de tallarin	3
Pizza de Queso	4
Rocoto Relleno	5
Empanada de Pollo	6

PLATOS DE FONDO

Canchacho	9
Chuletas de pavo al Horno	10
Cuy al Horno	11
Lechón al Horno	12
Pollo al Horno	13

POSTRES

Alfajores de maizena	17
Alfajores de Miel	18
Bizcochuelo	19
Crema Volteada	20
King Kong	21
Leche Asada	22
Pan de Maíz	23
Pastel de Choclo	24
Pie de Manzana	25
Torta de Chocolate	26

PLATOS DE ENTRADA



EMPANADA DE POLLO

(24 A 26 UNIDADES)

INGREDIENTES:

450gr. harina
250 gr. de harina
4 cucharadas de
azúcar impalpable.
1 taza de agua
2 cebollas
200 gr. de carne
molida
1 cucharadita de ají
amarillo molido
1 cucharadita de
pimiento en polvo
Sal, pimienta y
comino



TIEMPO: 20 MIN.

LEÑA: 1 KILO

TEMPERATURA: 120°C

PREPARACIÓN

PARA LA MASA

Mezclar la harina con la mantequilla y el azúcar hasta uniformizar, la masa debe tomar textura arenosa, luego agregar el agua tibia, seguir mezclando.

PARA EL RELLENO

Cortar la cebolla en cuadros y dorarlo con el pimiento en polvo y el ají. Agregar la carne y mover hasta que se coccia completamente. Estirar la masa y formar círculos, colocar el relleno y formar la empanada. Pincelar con huevo la superficie.

Llevar al “horno mejorado” en una plancha con papel manteca a 120°C por 20 minutos.





PASTEL DE ALCACHOFA

(8 PORCIONES)

INGREDIENTES:

3 tazas de harina
 3/4 de taza de mantequilla
 fría
 1/2 de cucharadita de sal
 3 yemas
 3/4 de taza de agua fría
 12 corazones de alcachofas,
 cocidas
 1 cucharadita de ajo molido
 1/2 taza de cebolla
 3 cucharadas de harina
 1 taza de leche evaporada
 2 tazas de leche
 1/2 taza de queso parmesano
 4 huevos
 Sal, pimienta, nuez moscada
 c/n



TIEMPO: 40 MIN.
 LEÑA: 1 KILO
 TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Combinar harina con mantequilla, aceite de oliva, sal y yemas, tratando de amasar lo menos posible. Añadir agua fría hasta que todo se una y forme una masa suave. Refrigerar por 30 min. Estirar masa y forrar el molde. Hincar con tenedor. Llevar al horno a 180° C por 15 minutos.

RELLENO

Picar las alcachofas cocidas. Cocer cebolla y ajos, incorporar harina y mover, luego agregar leche Llevar a hervir y dejar que la salsa espese. Agregar la alcachofa, el queso parmesano rallado y sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Fuera del fuego agregar los huevos y mezclar. Verter todo en el molde preparado.

Con los recortes de masa que quedaron, estirar y cortar tiras y formar un enrejado encima del relleno.

Llevar al “horno mejorado” precalentado a 180°C durante 40 minutos o hasta que el pastel cuaje y la masa esté dorada.



PASTEL DE PAPA

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

01 kg. de papa
 100 gr. de tocino
 150 gr. de jamón
 02 cebollas
 150 gr. de queso fresco
 06 huevos
 1/2 taza de leche
 Pan molido c/n.
 Sal, pimienta c/n.



TIEMPO: 40 MIN.
 LEÑA: 1 ½ KILO
 TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

En un recipiente mezclar la papa, tocino, jamón, cebollas, los quesos, sal, pimienta, leche e ir adicionando uno a uno los huevos, hasta obtener una mezcla pareja (no muy seca y muy suelta). Enmantequillar un recipiente resistente al calor y luego verter sobre este toda la mezcla anterior, asimismo espolvorear encima pan rallado y colocar algunos trocitos de queso Llevar al “horno mejorado” a 180°C por un tiempo de 40 minutos, servir caliente.





PASTEL DE TALLARIN

(6 PORCIONES)

INGREDIENTES:

1 Kilo de tallarín
1 tarro de leche
03 huevos
01 cucharada de maicena
50 gr. de queso fresco
Sal, pimienta C/n



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 170°C

PREPARACIÓN

Cocer los fideos en agua con un poco de sal, luego licuar la leche, huevos, maicena, el queso fresco sal y pimienta. Enmantequillar un pirex y agregar mitad de los tallarines cubriendo completamente el fondo.

Sobre esta capa colocar láminas de queso fresco Rociar la salsa de manera uniforme. Con el resto de tallarín formar la otra tapa del pastel. Coronarla con otra capa de queso.

Para finalizar batir 2 huevos y sazonarlos. Agregar este batido sobre el pastel.

Llevar al "horno mejorado" a 170°C por aproximadamente 45 minutos. Antes de sacar se recomienda probar clavando un cuchillo, si sale sin rastro de leche es señal que ya está a punto.



PIZZA DE QUESO

(8 PORCIONES)

INGREDIENTES:

7 gr. de levadura seca
1/2 cucharadita de azúcar
1 taza de agua tibia
500 gr. de harina
1/2 cucharadita de sal
1 cucharadita de aceite de oliva
1 kg. de tomate
2 pimientos
1 cebolla
1 cucharadita de ajo
3 cucharaditas de pasta de tomate
1 cucharadita de ketchup
1 bola de queso mozzarella rayado
Sal, pimienta y orégano



TIEMPO: 15 MIN.
LEÑA: 1 KILO
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Elaborar la masa disolviendo la levadura en agua tibia y azúcar, dejar fermentar. En un tazón agregar la harina, la sal, el fermento y aceite de oliva, mezclar los ingredientes, luego volcarlos sobre la mesa y amasarlo hasta obtener una masa uniforme. Dejar reposar por 10 minutos. Luego estirar la masa.

Elaborar la salsa de tomates cocinando cebolla en cuadros, ajo, sal pimienta, pasta de tomate, tomates pelados y cortados en cubos, ketchup y orégano. Llevar al "horno mejorado" por 15 minutos a 180°C, pasado este tiempo retirar del horno. Colocar la salsa sobre la masa y agregarle el queso rallado y el pimiento cortado en tiras. Hornear nuevamente a la misma temperatura hasta que el queso se derrita. Cortar en cuartos y servir.





ROCOTO RELLENO

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

4 rocotos
150 gr. de carne de res molida
150 gr. de carne de choncho
1 cebolla
2 dientes de ajo
50 gr. de Pasta de tomate
2 huevos duros
100 gr. de queso fresco
Sal, pimienta al gusto.



TIEMPO: 15 MIN.
LEÑA: 1 KILO
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Cortar los rocotos, retirar las venas y dejar remojar en agua con sal desde el día anterior, enjuagar y colocarlos en agua hirviendo, luego retirarlos y pasarlos a agua fría (repetir este paso 3 veces).

Para el relleno picar cebolla en cubos pequeños y cocerlas, agregar el ajo machacado, pasta de tomate, sal, pimienta, y las carnes.

Agregar perejil picado, los quesos y remover hasta que se funda el queso, agregar el huevo picado. Rellenar los rocotos y colocar un trozo de queso fresco y tapar. batir dos huevos con leche y un poco de harina agregarlos sobre los rocotos en un pirex.

Llevar al "horno mejorado" a 180°C por espacio de 15 minutos.



PLATOS DE FONDO



CANCACHO

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

1 kilo de cordero pierna o costillar
1 kg. de papa
4 cucharadas de ají mirasol molido
1 cucharada de ajo molido
1/2 taza de chicha de jora
aceite
Sal, pimienta y comino c/n



TIEMPO: 60 MIN.
LEÑA: 2 KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Sazonar la carne de cordero con el ají mirasol, ajos, sal, pimienta, comino, chicha de jora y un chorro de aceite, dejamos macerar por espacio de una hora. Colocamos la carne y las papas enteras en una fuente para horno y llevamos al “horno mejorado” a 180°C por 1 hora hasta que la carne esté suave.

Servir acompañada con las papas, salsa criolla y unas rodajas de rocoto.





CHULETAS DE PAVO AL HORNO

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

4 chuletas de pavo
4 papas blancas
1 cucharada de ají panca molido
1 cucharadita de ají amarillo molido
1 cucharadita de ajo molido
2 naranjas
1 pepinillo
1 lechuga
1 tomate
sal, pimienta, y comino a gusto



TIEMPO: 30 MIN.
LEÑA: 1 KILO
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Macerar la carne con el ají panca molido, ají amarillo molido, ajo, sal, pimienta, comino y el jugo de la naranja por espacio de 1 hora. Colocamos la carne en una asadera con el marinado. Llevar al “horno mejorado” y dejar cocer por espacio de 30 minutos a 180°C. Preparar una ensalada con lechuga, tomate y pepinillo. Una vez cocido servimos acompañados de papa cocida en rodajas y la ensalada.



CUY AL HORNO

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

1 cuy
4 papas blancas
2 cucharadas de ají amarillo molido
1 cucharadita de ajo molido
1 rama de huatacay
1 rama de chincho
2 choclos
1 cebolla
50 gr. de maní molido
sal, pimienta y comino a gusto



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 120°C

PREPARACIÓN

Macerarlo con las hojas de chincho y huatacay, ajo, ají amarillo molido, sal, pimienta y comino por espacio de 1 hora. Colocamos el cuy en una asadera con el marinado. Llevar al “horno mejorado” y dejar cocer por espacio de 45 minutos a 120°C. Prepararemos una salsa con cebolla cortada en cuadros, maní tostado, una cucharada de ají amarillo y sal.

Una vez cocido servimos en trozos acompañados de papa, choclo cocido y la salsa.





LECHÓN AL HORNO

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

600 gr. de lechón
500 gr. de yuca
1 cucharada de ají panca molido
1 cucharada de ají amarillo molido
1 cucharadita de ajo molido
1 cucharadita de orégano
zumo de 1 limón
4 camotes
2 choclos
Sal, pimienta y comino c/n



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Macerar la carne con el ají panca molido, ají amarillo molido, ajo, sal, pimienta, comino, orégano y el sumo del limón por espacio de 1 hora. Colocamos la carne en una asadera con el marinado. Llevar al “horno mejorado” y dejar cocer por espacio de 45 minutos a 180°C. Una vez cocido servimos en trozos acompañado con choclo, yuca y camote cocido.



POLLO AL HORNO

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

1 pollo cortado en cuartos
4 papas blancas
1 cucharadita de ají panca molido
1 cucharadita de pimienta en polvo
1/2 taza de cerveza
1 pepinillo
1 lechuga
1 tomate
Sal, pimienta y comino c/n



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

pimienta, comino, pimienta en polvo y la cerveza por espacio de 1 hora. Colocamos los cuartos de pollo en una asadera con el marinado. Llevar al “horno mejorado” y dejar cocer por espacio de 45 minutos a 180°C. Preparar una ensalada con lechuga, tomate y pepinillo. Una vez cocido servimos acompañados de papa cocida en rodajas y la ensalada.



POSTRES



ALFAJORES DE MAICENA

(24 A 26 UNIDADES)

INGREDIENTES:

150 gr. de harina
200 gr. de azúcar impalpable
500 gr. de maicena
200 gr de mantequilla
3 yemas
1 huevo
1 cucharada de vainilla
Ralladura de limón
Coco rallado



TIEMPO: 15 MIN.
LEÑA: 1 KILO
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Mezclar la maicena, la harina, el azúcar impalpable y la mantequilla formando una masa de textura arenosa. En un tazón mezclar los huevos, las yemas, ralladura de limón y la vainilla. Agregamos esta mezcla con la masa y seguir amasando hasta formar una pasta suave. Dejar reposar por 10 minutos. Estirar la masa y cortar círculos medianos. Colocar en una placa con papel manteca. Llevar al “horno mejorado” por 15 minutos a 180°C. Rellenar con manjar blanco y untar coco rallado a las orillas.





ALFAJORES DE MIEL

(20 UNIDADES)

INGREDIENTES:

500 gr. +2 cdas. harina sin preparar
100 gr. de azúcar en polvo
400 gr. de mantequilla
1 bola de chancaca en trozos
1 rama de canela
2 clavos de olor



TIEMPO: 15 MIN.
LEÑA: 1 KILO
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Amase la harina con el azúcar y la mantequilla, hasta lograr una masa uniforme y suave, estire la masa con un rodillo y corte círculos con un cortador redondo, coloque los círculos en una lata sin engrasar y pínchelos con un tenedor para evitar que leven.

Lleve al “horno mejorado” a 180°C, de 15 a 18 minutos, retire y dejar enfriar. Coloque en una olla la chancaca, la canela y los clavos de olor, cubra con agua y cocine a fuego bajo durante 45 minutos aproximadamente, hasta que la preparación adquiera la consistencia de bola blanda. Unte una tapa de alfajor con miel de chancaca, cubra con otra tapa y unte más miel. Repita el proceso una vez más y servir.



BIZCOCHUELO

(4 PORCIONES)

INGREDIENTES:

8 huevos
8 cucharadas de azúcar
2 cucharaditas de esencia de Vainilla
manteca y harina, c/n



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Separar las claras de las yemas de los huevos con mucho cuidado, batir las yemas con el azúcar hasta obtener un “punto letra” e incorporar la esencia de vainilla al batido.

En un recipiente batir las claras a punto nieve. Mezclar suavemente, con una espátula el batido de yemas con el de claras y la harina, hasta que quede uniforme. Poner la mezcla en el molde previamente enmantecado y enharinado. Llevar al “horno mejorado” precalentado a 150°C por un tiempo de 45 minutos. Nunca abrir el horno antes de los 25 minutos pues el bizcochuelo se bajará. Retirar del horno y servir en porciones.





CREMA VOLTEADA

(8 PORCIONES)

INGREDIENTES:

1 tarro de leche
3 huevos
1 cucharadita de Vainilla
5 cucharadas de azúcar



TIEMPO: 60 MIN.
LEÑA: 2 ½ KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Batir los huevos ligeramente, agregar la leche, la vainilla y el azúcar a l gusto. Fundir azúcar en el molde y dejar secar, luego verter la preparación.

Colocar entre el molde y el fondo de la fuente de agua un plato para evitar que el caramelo se queme por el aumento de la temperatura Llevar al “horno mejorado” por 60 minutos a 180°C a baño maría.



KING KONG

(1 BLOQUE GRANDE)

INGREDIENTES:

500 gr. de nabjar blanco
1/2 kg. de harina cernida
6 yemas de huevo
100 gr. de manteca
1/2 taza de agua
Pizca de sal
1 piña
750 gr. de azúcar
canela entera
2 clavos de olor
1/2 litro de agua



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

MASA

Cernir la harina en una superficie horizontal y abrir un hueco en el centro. Depositar en el hueco la manteca, las yemas, el agua y la sal. Mezclar y formar con estos ingredientes una masa pareja. Reposar.

Extender con un rodillo un rectángulo o cuadrado grande y cortar en cuadrados de 30 cm o en círculos. Colocar en placas de horno enmantecadas y llevar al “horno mejorado” por 20 minutos a 180°C, retirar y dejar enfriar. Tomar 4 de estos rectángulos horneados y formar el King Kong.

DULCE DE PIÑA

Ralla la piña y hacerla cocer en una cacerola junto con el azúcar, canela, clavo de olor, dejar cocer hasta que tome textura de mermelada.





LECHE ASADA

(14 UNIDADES)

INGREDIENTES:

1 Litro de leche
20 gr. de azúcar
4 huevos
Ralladura de limón
1 cucharadita de Vainilla



TIEMPO: 30 MIN.
LEÑA: 1 KILO
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Batir los huevos y agregarlos a la leche previamente azucarada, agregar una cucharadita de vainilla y verter en moldes individuales de vidrio. Llevar al “horno mejorado” al baño maría a 180 °C por 30 minutos hasta cuajar.



PAN DE MAÍZ

(20 UNIDADES)

INGREDIENTES:

2 huevos
1 1/2 de leche
3/4 de taza de harina
1 1/2 cucharaditas de polvo
de hornear
Pizca de sal
1/2 taza de azúcar
50 gr. de manteca



TIEMPO: 30 MIN.
LEÑA: 1 KILO
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Se unen los huevos y el azúcar. En otro recipiente se mezcla el resto de los ingredientes secos y se le agrega a la preparación anterior, con la manteca y la leche. Se coloca en un molde alargado y llevar al “horno mejorado” a 180°C por 30 minutos.

Al sacar del horno pintar con almíbar espeso o espolvorear con azúcar. También se puede reemplazar el polvo de hornear por levadura de cerveza disuelta en la leche, pero luego de prepararlo hay que dejar levar en lugar tibio durante dos horas.





PASTEL DE CHOCLO

(8 PORCIONES)

INGREDIENTES:

500 gr. de choclo desgranado
2 tazas de leche
500 gr. de azúcar
250 gr. de mantequilla
100 gr. de pasas
4 huevos
3 cucharaditas de olvo de hornear
1 cucharadita de chuño



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Batir las claras ligeramente, agregar las yemas y el polvo de hornear. Verter sobre la mantequilla caliente.

Licuar el choclo y colocarlo en un tazón agregar el azúcar y la leche. Mesclar todo y verter en un molde engrasado. Llevar al "horno mejorado" por 45 minutos a 180 °C.



PIE DE MANZANA

(8 PORCIONES)

INGREDIENTES:

200 gr. de mantequilla
750 gr. de harina
3 cucharadas de azúcar
1/2 taza de agua caliente
1 cucharadita de canela molida
1 kg. de manzana delicia
250 gr. de azúcar
1 cucharada de harina



TIEMPO: 20 MIN.
LEÑA: 1 KILO.
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

MASA

Mezclar la harina, el agua y la mantequilla, amasar y dejar reposar por 10 minutos.

RELLENO

Pelar las manzanas y cortarlas en láminas, agregar la canela, la harina y el azúcar. Colocar la masa estirada sobre un molde, agregar el relleno y tapar con pequeñas tiras de masa el relleno.

Llevar al "horno mejorado" por 20 minutos a 180 °C.





TORTA DE CHOCOLATE

(8 PORCIONES)

INGREDIENTES:

750 gr. harina
1 cucharadita de bicarbonato
125 gr. de cocoa
1 taza de aceite
1 taza de leche
1 taza de agua
2 cucharadas de limón
3 huevos
650 gr. de azúcar



TIEMPO: 45 MIN.
LEÑA: 1 ½ KILOS
TEMPERATURA: 180°C

PREPARACIÓN

Colocar en un tazón la harina, el bicarbonato, la cocoa y el aceite, mezclar con una cuchara de madera hasta que la mezcla quede uniforme, luego agregar la leche y el limón, luego los huevos previamente batidos y por último el azúcar, batir hasta que el azúcar se disuelva. Colocar la preparación en un molde engrasado y enarinado. Llevar al horno por 45 minutos a 180°C.

