3

Misión

libro de cocina

Representando a los países de:

Bulgaria

Pavo

ruso

Libros de cocina de la Misión 3.docx

última edición ~~8-18-20~~

21/07/2021

Compilado por Michael Goodwin

Puede haber alguna duplicación entre las 3 misiones.

¡Disfrutar!

Bulgaria

Pavo

ruso

**LIBRO DE COCINA de Bulgaria - ver. 28 de mayo de 2003**

**CONVERSIONES DE TEMPERATURA** :

Fahrenheit Celsius

Horno muy bajo 250-275 121-133

Horno bajo 300-325 149-163

Horno moderado 350-375 176-190

Horno caliente 400-425 204-218

Horno muy caliente 450-475 232-246

**EN LA CARRETERA**

No intentes pasar todo el día sin comida ni líquidos. Lleva contigo: Fruta, palitos de zanahoria, queso, sobras de galletas o tortitas y también una botella de agua filtrada.

**CONSEJOS:**

1) Los días P, planifique el menú semanal y compre los ingredientes.

2) COCINA verduras, arroz, frijoles o una papa entera por la mañana mientras estudias. Refrigéralas para usarlas más tarde.

3) REMOJAR los frijoles la noche anterior, luego combinarlos con verduras y carne, COCER a fuego lento durante toda la mañana y luego nuevamente por la noche, para obtener una sopa. Asegúrate de que haya mucha agua y que el fuego sea muy bajo.

4) ¡LAS CAZUELAS SON EXCELENTES! Todo lo que necesitas es un poco de carne (o unos huevos). Combina con verduras y salsa blanca. Prepárelo con anticipación y hornee justo antes de la cena.

FRIJOLES COCIDOS PARA PREPARAR: Enjuague 2 tazas de frijoles y póngalos en una olla y cubra con agua filtrada. Llevar a ebullición y apagar. Cubra y deje reposar toda la noche . Por la mañana, retire el agua de remojo y enjuague los frijoles con agua filtrada. Cubrir nuevamente con agua filtrada y llevar a ebullición. Puede agregar una cebolla picada si lo desea. Baje el fuego y cocine a fuego lento durante 4-5 horas o más. Asegúrate de que haya suficiente agua en la olla y que el fuego sea lo suficientemente bajo.

## FRIJOLES COCIDOS

Los frijoles cocidos son muy nutritivos. Compra cualquier color. Enjuague 2 c. frijoles y poner en una olla con agua filtrada. Llevar a ebullición, apagar. Cubrir y dejar reposar durante la noche. Vierta el agua de remojo. Enjuague los frijoles con agua filtrada. Cubrir con agua filtrada y llevar a ebullición. Cocine a fuego lento de 3 a 5 horas. Añadir cap. cebolla. Asegúrese de que haya suficiente agua y que el fuego sea bajo. Se puede agregar a sopas o triturarlas para hacer frijoles refritos agregando mantequilla, sal y pimienta y especias al gusto o sándwiches de frijoles.

COCINAR PASTA:

Utilice una olla grande con abundante agua hirviendo. Agregue la pasta al agua hirviendo sin sal y 1 cucharada de aceite (ESTO EVITARÁ QUE SE PEGUEN ENTRE SÍ). Cocine sin tapar. De vez en cuando, con un tenedor, despegue del fondo del molde. Cuando la pasta esté tierna, escurrir en un colador y enjuagar con agua fría. Vuelva a colocarlo en la olla vacía, tápelo para mantenerlo caliente y sirva inmediatamente.

Utiliza una olla grande con mucha agua hirviendo, agrega la pasta, la sal y 1 cucharada de aceite. Cocine destapado. Revuelva de vez en cuando. Cuando la pasta esté tierna, generalmente de 7 a 10 minutos, escúrrala en un colador. Enjuague con agua fría. Colóquelo en una olla vacía para mantenerse caliente. Atender.

COCINAR ARROZ: Cuando cocine arroz normal, no instantáneo , mida 1 parte de arroz y 2 partes de agua. Agrega un poco de sal. Agrega el arroz al agua fría. Calienta hasta que casi hierva, baja el fuego, tapa y cocina a fuego lento durante 20 minutos o hasta que se absorba la humedad. **Para 2 ancianos hambrientos** , use 2 tazas de arroz, 4 tazas de agua y 1 cucharadita de sal. (Para obtener el mejor arroz: enjuague el arroz en agua fría antes de cocinarlo hasta que el agua ya no esté turbia).

## COCINANDO ARROZ

Medida 2 c. agua a 1 c. arroz. Llevar a ebullición agua, ½ t. sal y 1 t. manteca. Agrega el arroz. Baje el fuego. Cubrir. Cocine a fuego lento durante 20 minutos. Algunos dicen que se debe enjuagar el arroz en agua fría antes de cocinarlo hasta que el agua ya no esté turbia.

PATATAS PRECOCIDAS: Lavar las patatas. No pelar. Poner en una olla y cubrir con agua. Hierva suavemente hasta que el cuchillo entre fácilmente en la papa. No las hierva demasiado, ya que las patatas se partirán. Las patatas se pueden utilizar para muchas recetas con o sin piel. Conservar en nevera. Las zanahorias también se pueden hervir previamente. Retire la piel primero.

## PATATAS PRECOCIDAS

Friegue las patatas. Cubrir con agua en una olla. Hierva suavemente durante 30 minutos hasta que el cuchillo entre fácilmente en la papa. Úselo en muchas recetas.

Puré: Cortar en trozos pequeños. Hervir. Triturado con 1/3 c. Leche, mantequilla, sal y pimienta. Si es necesario agregue más leche.

POLLO PRECOCIDO:

Coloque un pollo entero o partes de pollo (piernas, muslos, etc.) en una olla grande y cúbralo con agua. Si lo desea, agregue 1 cebolla (cortada en trozos). Deje hervir y cocine a fuego lento durante 1 ½ -2 horas. Retirar de la olla y enfriar. Retire el pollo de los huesos, desechando los huesos, la grasa y la piel. El pollo cortado se puede utilizar en muchas recetas. Refrigere o congele para uso futuro. PARA LA SOPA DE FIDEOS CON POLLO: Guarde el líquido del pollo hervido y refrigérelo. Al día siguiente, retira la grasa que se ha acumulado en la superficie y utiliza el líquido para preparar una deliciosa sopa. El caldo se puede utilizar para todas las recetas de pollo que requieran caldo o caldo de pollo.

**COCINAR VERDURAS**

REMOLACHAS: Lave las remolachas. No quitar piel ni raíz, y cubrir con agua. Hervir durante aproximadamente una hora hasta que las remolachas estén blandas. Quitar la piel y la raíz. Cortar y servir caliente con sal, pimienta y mantequilla O enfriar para usar en ensaladas.

COL: Cortar en cuartos y hervir en una pequeña cantidad de agua durante 20 minutos o hasta que esté cocido. Servir con sal, pimienta y mantequilla.

ZANAHORIAS: Pelar y cortar en rodajas antes de hervir en una pequeña cantidad de agua.

Hay tres áreas de nutrientes alimentarios que deberías tener representadas en cada comida que ingieras. Necesitas planear tener:

1. Una fuente de proteínas:

Carne, huevos, leche, queso, yogur, nueces y frijoles.

2. Vitaminas y Minerales:

Frutas y verduras, al menos algunas de ellas frescas.

3. Carbohidratos:

Arroz, pan, pasta, patatas, cereales.

**PRECAUCIONES** :

¡Lo que comes **sí importa** ! Estar demasiado ocupado para comer es una tontería. Debido a que sus opciones de alimentos suelen ser limitadas, es importante que tome vitaminas diariamente.

Consuma una amplia variedad de alimentos.

**ABREVIATURAS Y SUSTITUCIONES**

c: taza

cucharadita: cucharadita

cucharadas: cucharada

Utilice una de las cucharadas pequeñas de café como sustituto de una cuchara medidora de cucharadita.

Utilice una de las cucharadas soperas o 3 cucharadas de café por cucharada.

1 taza es un poco menos de 1/4 de litro

La botella de refresco se puede utilizar como rodillo.

HACER SUSTITUCIONES

Las sopas de crema ahora vienen en una mezcla seca. Prepare la sopa con la mitad del agua necesaria para igualar la sopa enlatada.

También se puede utilizar una salsa blanca espesa.

Agregue champiñones o verduras cocidas.

ESPECIAS

Si la receta no incluye las especias, hazla sin ellas. Sustituye las especias que tengas. Empieza con muy poco y experimenta. No lo arruinarás: simplemente será un poco diferente... ¡¡incluso podría ser mejor!!

MAYONESA

1 yema de huevo

2 cucharadas de jugo de limón o vinagre

1 cucharadita de mostaza

1 cucharadita de azúcar

1/4 cucharadita de sal

pizca de pimienta

1 taza de aceite vegetal

Batir la yema de huevo, 1 cucharada. En un tazón, agregue el jugo de limón, la mostaza, el azúcar, la sal y la pimienta hasta que se mezclen.

Incorpora el aceite, 1 gota a la vez; aumente la velocidad de adición a medida que la mezcla se espesa.

Incorpora el jugo de limón restante; refrigerar. Rinde aproximadamente 1 taza.

SALSA BLANCA GRUESA

1/4 taza de mantequilla

1/4 taza de harina

1/4 cucharadita de sal

1/8 cucharadita de pimienta

1 taza de leche

Calienta la mantequilla en una cacerola a fuego lento hasta que se derrita. Agregue la harina, la sal y la pimienta. Cocine a fuego lento, revolviendo constantemente, hasta que la mezcla esté suave y burbujeante: retire del fuego. Agrega la leche. Calienta hasta que hierva, revolviendo constantemente. Hervir y revolver 1 minuto. Rinde 1 taza de salsa. Si desea utilizar sopa como salsa, 1 lata de sopa equivale a 1 1/4 tazas.

SALSA BLANCA

1 cucharada de mantequilla

1 cucharada de harina

1 taza de leche

Derrita la mantequilla en una sartén. Agregue la harina lentamente (Esto hará una pasta espesa).

Agregue 2 cucharadas de leche, revuelva hasta que esté todo mezclado.

Continúe agregando leche unas cuantas cucharadas a la vez, hasta que todo esté mezclado.

Sal y pimienta para probar.

**SALSA BLANCA MEDIANA BÁSICA:**

Derrita 2 cucharadas de mantequilla en una sartén. Agregue 2 cucharadas de harina, ¼ de cucharadita. sal y pimienta. Revuelva hasta que quede suave. Agregue 1 c. cubito de leche o caldo por cada taza de líquido hasta que la mezcla espese. Hervir 2 minutos. Revuelva para evitar que se queme. Úselo para sopas, guisos y salsas. Para que quede espeso o fino agregue más mantequilla y harina o menos.

SALSA DE QUESO: Agrega ¼ t. mostaza y ½ c. queso rallado y quizás ½ t. salsa inglesa

SALSA DE SETAS: Saltear 1 c. champiñones en rodajas y 1 t. cebolla rallada en mantequilla durante 5 minutos antes de agregar la harina.

SALSA DE PEPINO: Agregue ½ pepino rallado o en rodajas finas y agregue al Tabasco. Cocine a fuego lento durante 10 minutos.

SALSA CURRY: Saltee ½ t. curry 5 min. antes de agregar la harina.

SALSA DE HUEVO: Agregue 2 huevos duros cortados en cubitos.

**DESAYUNO**

AVENA Y FRUTA

Pon 1 taza de avena en un bol y cubre con leche. Cubra el recipiente y refrigere hasta la mañana. La avena absorberá la leche y estará blanda por la mañana. Añade un poco de azúcar, yogur, fruta fresca, pasas, nueces, fruta enlatada, etc.

AVENA

Las medidas son: 1 parte de avena y 2 partes de agua y un poco de sal. Llevar a ebullición 2 tazas de agua y ½ cucharadita de sal. Vierta lentamente 1 taza de avena. También puedes agregar un puñado de pasas si lo deseas y 1/4 de cucharadita de canela. Baje el fuego a medio bajo y deje cocinar de 10 a 15 minutos o hasta que esté espeso, revolviendo ocasionalmente. Sirve o apaga el fuego, tapa y deja reposar hasta que esté listo para comer. Servir con leche, miel o azúcar.

PANQUEQUES

1 taza de harina

1 cucharada de polvo para hornear

1 huevo batido

1 taza de leche

2 cucharadas de aceite

1 cucharada de azúcar

½ cucharadita de sal

Tamizar la harina con la sal, la levadura y el azúcar. Combine huevo, leche y aceite. Agregue a los ingredientes secos, revuelva hasta que la harina se humedezca. LA BATEA TENDRÁ GRUMOSOS. Hornear en una plancha o en una sartén. Rinde de 6 a 8 panqueques.

PANQUEQUES

1 ½ tazas de harina

2 cucharadas de azúcar

3/4 cucharadita de bicarbonato de sodio (o 3 cucharaditas de levadura en polvo)

2-3 cucharadas de aceite o mantequilla, derretida

1 ½ tazas de leche (o suero de leche)

1 huevo

½ cucharadita de sal

Plátanos, nueces, queso, arándanos (OPT)

NOTA: Si usa leche fresca y refrescos, agregue 2 gotas de vinagre a la leche.

Combine los ingredientes secos. Revuelva para tamizar. Combine la leche, el huevo y la mantequilla derretida en un recipiente aparte. Agregue todo de una vez a los ingredientes secos. Revuelva hasta que se mezcle. Calienta la plancha hasta que chasquee con un chorrito de agua fría. Engrase ligeramente la plancha y coloque la masa por cucharadas en la plancha. Hornee los pasteles lentamente por un lado hasta que estén llenos de burbujas. Puede agregar frutas, nueces, etc. encima mientras se cocina, si lo desea. Voltéelo UNA VEZ y termine de hornear. Servir con almíbar, mermelada, etc.

CREPES FINLANDESES

2 huevos

1 cucharadita de azúcar

½ cucharadita de sal

1 2/3 taza de leche

3/4 taza de harina

2 cucharadas de mantequilla, derretida

Mezcle bien y vierta sobre una bandeja para hornear engrasada y hornee por 15 minutos a 425\* C. Sirva con crema batida.

CREPES ALEMANES

6 huevos

1 taza de leche

1 taza de harina

1 cucharadita de sal

½ taza de mantequilla, derretida

Batir todos los ingredientes (excepto la mantequilla derretida) hasta que hierva hasta que quede esponjoso y suave. Vierta la mantequilla derretida en un molde para hornear (9 X 13). Vierta la masa en el molde. Hornee a 400 durante 20-30 minutos hasta que se infle y se dore. Sirva con almíbar, mermelada o fruta.

CREPES DE ARROZ

3 huevos

2 tazas de leche

4 cucharaditas de jugo de limón

6 cucharadas de aceite de cocina

2 tazas de harina

½ cucharadita de sal

1 cucharada de polvo para hornear

1 cucharada de azúcar

½ cucharadita de refresco

1 taza de arroz cocido (sobras)

Batir los huevos, la leche, el jugo de limón y el aceite de cocina. Dejar de lado. Combine la harina, la sal, el polvo para hornear, el azúcar y la soda. Agregue la mezcla líquida hasta que esté bien mezclado. Incorpora el arroz cocido. Hornee en una plancha o sartén engrasada. Servir con mermelada y mantequilla.

JARABE

2 tazas de azúcar

1 taza de AGUA

½ cucharadita de mapeline (OPT o solicitar a domicilio)

Combine y deje hervir. Retire del fuego y agregue mapeline.

PANQUEQUES DE HARINA DE AVENA

2 tazas de avena

1 ½ taza de leche

½ taza de azúcar

1 cucharadita de polvo para hornear

2 huevos, bien batidos

sal pizca

1/4 cucharadita de canela.

Mezclar todos los ingredientes. Batir hasta obtener una masa fina. Cocine en una plancha engrasada hasta que esté cocido. Si la masa no está lo suficientemente fina como para verterla, agregue un poco más de leche.

"OH CHICO WAFFLES"

2 ½ taza de harina

1/4 cucharadita de sal

4 cucharadas de polvo para hornear

1 ½ cucharada de azúcar

2 huevos batidos

2 1/4 tazas de leche

1/4 taza de aceite

Mezcle los ingredientes secos. En un recipiente aparte combine los huevos, la leche y el aceite. Mezcle los ingredientes secos y líquidos. Batir hasta que quede suave. Hornee en una plancha para gofres caliente.

GOFRES DE BRUSELAS

500 gramos. harina

200 gr de mantequilla blanda

30 gr de levadura fresca diluida en leche tibia y un poco de azúcar O 1 cucharada de levadura seca

6 huevos-yemas separadas-claras batidas

1 ½ litro de leche, tibia (reste 1 taza de leche para disolver la levadura)

SIN SAL

Poner en un bol la harina, hacer un agujero y añadir la leche tibia. Mezclar todo muy bien. Agrega las yemas de huevo. Vierta mantequilla blanda. Agrega la levadura disuelta. Montar las claras y añadir a la masa. Tapar y dejar reposar 45 min. La masa quedará muy blanda. Precalentar la plancha. Cubra completamente y voltee hacia el otro lado cuando el primer lado esté listo. Después de cocinar, servir con azúcar glass, nata, gelatina o mermelada.

CREPES

1 ½ tazas de harina

1 cucharada de azúcar

½ cucharadita de levadura en polvo

½ cucharadita de sal

2 tazas de leche

2 huevos

½ cucharadita de vainilla

1 cucharada de aceite

Mezcle todos los ingredientes, vierta 1/8 de taza de masa en una sartén caliente (antiadherente), gire la sartén para una distribución uniforme de la masa. Voltear cuando empiece a dorarse ligeramente. Cubra con su aderezo favorito y disfrute.

HUEVOS REVUELTOS

Para cada porción, rompa 2 huevos en un bol. Batir ligeramente los huevos con 3 cucharadas de leche y una pizca de sal y pimienta por cada ración. Derrita 2 cucharadas de mantequilla o margarina a fuego medio. Vierta la mezcla de huevo. Los huevos revueltos deben cocinarse a fuego lento revolviendo mínimamente. Cuando los huevos comiencen a cuajar en la sartén, levante la porción cocida con una espátula para que la porción cruda fluya hacia el fondo. Revuelva ligeramente para romper los huevos. Continúe el proceso durante 3 a 5 minutos o hasta que los huevos estén completamente cocidos.

HUEVOS HERVIDOS

Coloque la cantidad deseada de huevos en una cacerola, cubra con agua fría, al menos 2 pulgadas por encima de los huevos. Llevar el agua rápidamente a ebullición. Tapa la sartén y retírala del fuego. Deje reposar durante 20 minutos para obtener un huevo duro . Pase los huevos por agua fría, quíteles la cáscara y tritúrelos en un tazón con mantequilla, sal y pimienta O refrigérelos para usarlos más tarde.

ARROZ para el desayuno

2 tazas de arroz cocido (se puede preparar con anticipación). Calienta con un poco de leche hasta que esté caliente, revolviendo todo el tiempo. Agrega el azúcar, la canela y las pasas.

TOSTADA FRANCESA

2 huevos

½ taza de leche

1 cucharadita de azúcar

sal pizca

Combina los ingredientes. Beber rebanadas de pan en la mezcla y freír por ambos lados en aceite o mantequilla. Servir con mermelada o almíbar casero. (Agregue canela a la masa, si lo desea)

CREMA DE JAMÓN Y HUEVOS

2 cucharadas de mantequilla o margarina

2 cucharaditas de cebolla picada

3 cucharadas de harina

1 cucharadita de sal

pizca de pimienta

1/4 cucharadita de mostaza (OPT)

1 taza de leche

3 huevos duros, rebanados

1 taza de jamón cocido, cortado en cubitos

Derrita la mantequilla en una sartén. Cocine la cebolla hasta que esté dorada. Agregue la harina, la sal, la pimienta y la mostaza hasta obtener una pasta espesa. Agrega la leche. Cocine, revolviendo constantemente, hasta que espese. Agregue los huevos y el jamón: caliente bien. Sirva sobre arroz, fideos o tostadas.

TORTILLA ESPAÑOLA

(Para desayuno o cena)

½ taza de carne precocida picada(jamón, pollo,etc.) OPTO.

2 huevos

2 cucharaditas de aceite o mantequilla

1/4 taza de cebolla picada

1/4 taza de pimiento verde picado

Aceitunas picadas

Queso rallado

2 cucharaditas de perejil picado

1/4 cucharadita de sal

Caliente aceite o mantequilla en una sartén: agregue las cebollas y cocine hasta que estén tiernas. Agregue el pimiento verde y los tomates (y la carne) y cocine hasta que el pimiento verde esté tierno. Retirar de la sartén y escurrir. Agrega las verduras (y la carne) a los huevos junto con el perejil, la sal y las aceitunas. Si es necesario, derrita un poco más de mantequilla en una sartén. Vierta la mezcla de huevo en la sartén y cocine hasta que esté firme, levantando los bordes para permitir que el huevo crudo fluya por debajo. Cuando esté firme pero aún brillante, levante los bordes y doble sobre la tortilla. Servir con queso rallado, salsa, crema agria, etc.

MÉTODO ALTERNO: Prepare las verduras como de costumbre, pero no las agregue a la mezcla de huevo. Vierta la mezcla de huevo en la sartén y cocine hasta que esté firme, levantando los bordes para permitir que el huevo crudo fluya por debajo. Cuando esté firme pero aún brillante, coloque las verduras y el queso rallado en un lado de la tortilla, levante los bordes y dóblela. Servir como de costumbre. NOTA: Las zanahorias ralladas y el pimiento rojo picado también quedan sabrosos en la tortilla.

QUICHE RÁPIDO

3 rebanadas de tocino cocido y desmenuzado o jamón picado o lo que sea

1 taza de queso rallado

½ taza de cebolla picada

4 huevos

2 tazas suaves

½ taza de harina

3/4 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de refresco

pizca de pimienta

Engrasa una fuente para hornear. Espolvoree tocino, queso y cebolla sobre el fondo. Batir los huevos y la leche. Combine los ingredientes secos: harina, sal, refresco y pimienta. Agrega a la leche y los huevos y bate hasta que estén bien mezclados. Vierta en el molde para hornear y hornee a 176 C durante 45 a 55 minutos (un cuchillo insertado en el centro de la quiche saldrá limpio cuando la quiche esté lista). Deje reposar de 5 a 10 minutos antes de cortar y servir.

**PLATOS PRINCIPALES**

HAMBURGUESAS Y PATATAS AL HORNO

Dore las hamburguesas, el pollo o las salchichas en una sartén caliente. Coloque una capa de rodajas de papa de ½ pulgada de grosor en el fondo de una cacerola. Cubra con hamburguesas. Cubrir con 1 lata de crema y ½ lata de agua. Poner en el horno a 350 grados durante 1 hora. (También se puede hacer en una sartén).

SALSA DE ENCHILADA

4 tazas de jugo de tomate

1 cucharada de maicena o 2 cucharadas de harina

1-2 latas de pasta de tomate (OPT)

1 cucharadita de chile en polvo

1 cucharada de jugo de manzana o azúcar

1 cucharadita de pimentón

1 cucharadita de orégano

1 cucharadita de albahaca

1 cucharadita de comino (si lo tienes)

Empiece a calentar el jugo de tomate. Agrega la pasta y el edulcorante. Remover. Haga una pasta de maicena (o harina) mezclándola con agua FRÍA hasta que quede suave. Agregue la pasta al jugo y revuelva constantemente hasta que espese. Agregue las especias y deje cocinar a fuego lento durante unos 3 minutos. Rinde aproximadamente 1 litro de salsa. Se guarda bien en el frigorífico.

TORTILLAS FRESCAS

3 tazas de harina

½ cucharadita de sal

1 ½ cucharada de polvo para hornear

3 cucharadas de aceite ligero

1 taza más 2 cucharadas de agua

Mezcle la harina, la sal y el polvo para hornear y revuelva con un tenedor para tamizar. Incorpora el aceite de cocina. Agregue agua y mezcle hasta que se absorba. Cubra y deje reposar de 5 a 10 minutos. Dividir en 10-12 bolas. Estirar sobre una superficie plana y enharinada. Cocine en una sartén hasta que esté ligeramente dorado. Voltear y continuar cocinando. No es necesario aceite. Se puede congelar para su uso posterior.

PARA SERVIR: Cubra con puré de frijoles cocidos, queso, hamburguesa dorada sazonada (OPT), cebollas y pimientos verdes finamente picados, crema agria y salsa. Enrollar y comer. O unte con mantequilla un lado de la tortilla y colóquela en una sartén con queso rallado, cebolla verde picada y pimiento verde. Coloque otra tortilla (con la mantequilla hacia arriba) encima. Dorar en una sartén hasta que el queso se derrita y el queso crujiente se mantenga unido. ¡Cubra con salsa y disfrute!

TORTILLAS DE HARINA SUAVES

4 tazas de harina

1 cucharada de polvo para hornear

1 cucharadita de sal

2 cucharadas de manteca

1 3/4 taza de agua caliente

Mezclar la harina. Levadura en polvo. sal. Agregue manteca y mezcle hasta que se formen pequeños guijarros. Hacer un agujero en el medio de la mezcla de harina y verter agua caliente. Mezcla. Si está demasiado pegajoso, agregue entre 2 y 4 cucharadas más de harina. Frote la manteca vegetal encima para que no se forme costra. Dejar reposar aproximadamente ½ hora. Divida la masa y forme bolitas; la cantidad depende del tamaño de tortilla que desee. Extienda la bola y dórela en una sartén caliente ligeramente engrasada. No lleva mucho tiempo. Puede usarse para enchiladas de tacos.

SALSA FÁCIL

1 lata grande de tomates triturados

1 cucharadita de azúcar

unas gotas de vinagre

½-1 cucharadita de chile en polvo

½ taza de cebolla picada

1 diente de ajo o 1/4 cucharadita de ajo en polvo

1 cucharadita de orégano o condimento italiano

Ajuste los condimentos al gusto. Nunca falla. Calentar en una cacerola hasta que esté bien mezclado. Úselo como salsa o salsa picante para todo.

SALSA FRESCA

1 cebolla grande, finamente picada

1 diente de ajo, picado o prensado

½ cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

½ cucharadita de chile en polvo

1 cucharada de jugo de limón

5-6 tazas de tomates frescos finamente picados

1-2 pimientos verdes, finamente picados

2-3 tazas de pepino, finamente picado

Revuelva hasta que esté mezclado y fino. (Si está demasiado grumoso, los sabores no se mezclarán correctamente). Guárdelo en el refrigerador bien tapado. Revuelva antes de usar. Puede que sea necesario vaciar el agua a medida que las verduras se asientan.

FIDEOS TOSTADOS

Espaguetis, partidos en trozos de 1 pulgada, Aceite

Utilice los espaguetis cocidos sobrantes o cocine los espaguetis en agua hirviendo con sal hasta que estén tiernos, aproximadamente 10 minutos. Escurrir bien, enfriar con agua corriente fría y secar. Cuando la pasta esté seca, cúbrala ligeramente con aceite, usando 1 cucharada por 2 tazas de espagueti. Colóquelo en una bandeja para asar y dore revolviendo varias veces para que se cocine de manera uniforme. Es mejor servirlo poco después de cocinarlo.

GUISADO A LA SARTÉN

1 cucharada de aceite

1 cebolla pequeña, picada

1 diente de ajo pequeño, picado

1/4 taza de pimiento verde picado

3 tazas de calabaza de verano en rodajas

1 tomate, cortado en cubitos

Sal y pimienta para probar

1 taza de queso cheddar rallado

Caliente el aceite en una sartén de 10 a 12 pulgadas y saltee la cebolla, el ajo y el pimiento verde durante 3 minutos.

Agrega la calabaza y el tomate; tape y cocine a fuego lento durante 10 a 15 minutos, hasta que estén tiernos (se puede agregar o sustituir brócoli, frijoles o maíz).

Sazone las verduras con sal y pimienta.

Cubrir con queso, retirar del fuego, tapar y dejar reposar 5 min.

CAZUELA SENCILLA

1 libra de carne, dorada

1 lata de sopa de crema

1 taza de guisantes, zanahorias o judías verdes cocidas

Mezcle todo y cocine hasta que se dore a 375 grados, aproximadamente 30 minutos.

CENA DE MACARRONES CON CARNE

2/3 libra de carne molida

1/3 taza de cebolla, finamente picada

1 ½ taza de jugo de tomate

1 cucharadita de salsa inglesa (opcional)

½ cucharadita de sal

pizca de pimienta

1 cucharadita de mostaza

½ taza de macarrones crudos

Dore la carne y la cebolla. Agregue los ingredientes restantes y cocine a fuego lento tapado hasta que los macarrones estén cocidos, aproximadamente 15 minutos.

CAZUELA DE POLLO Y ARROZ

1 taza de pollo cocido

1 taza de arroz cocido

1 cebolla pequeña

3/4 taza de apio

½ taza de mayonesa

1 cucharadita de jugo de limón

½ cucharadita de sal

2 huevos duros , cortados en cubitos

1 lata de crema de champiñones o de pollo

1/4 taza de almendras picadas u otra nuez ( opcional )

Combina todos los ingredientes. Hornee a 375 grados durante 30 minutos.

CAZUELA DE MISIONERO HAMBRE

Coloque capas de patatas en rodajas, zanahorias y hamburguesas alternativamente en una cacerola o sartén. Agregue la sopa de crema para cubrir cada ingrediente. Hornee a 350 grados durante 1 ½ a 2 horas.

MACARRONES CON QUESO

1/4 taza de mantequilla

1/4 taza de leche

1/3 taza de queso seco

1 1/4 taza de espaguetis o macarrones partidos

Cocine la pasta durante 10 minutos en 6 a 8 tazas de agua hirviendo o hasta que esté tierna.

Agrega la mantequilla, la leche y el queso seco.

Mezclar hasta que esté bien combinado

MACARRONES CON QUESO AL HORNO BÁSICOS

1 1/4 tazas de queso rallado

8 oz de macarrones, cocidos (aproximadamente 1 ½ tazas secos)

3/4 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

2 tazas de salsa blanca mediana

Cocine los macarrones, escúrralos y colóquelos en una fuente para hornear untada con mantequilla. Combine la salsa blanca, la sal, la pimienta y el queso. Vierta sobre los macarrones. Cubra con más queso rallado y hornee a 176 C durante 30-40 minutos.

MACARRONES CON QUESO AL HORNO CON DADOS DE PAN

1 1/4 taza de leche

1 taza de queso, cortado en cubitos

1 ½ cucharada de mantequilla o margarina

1 taza de cubitos de pan blando

2 cucharadas de cebolla, picada

½ cucharadita de sal

pizca de pimienta

2 huevos batidos

2 tazas de macarrones cocidos

En una cacerola grande, combine la leche, el agua, el queso y la mantequilla. Calienta hasta que hierva, revolviendo constantemente hasta que el queso se derrita. Alejar del calor. Agregue los cubos de pan, la cebolla, la sal y la pimienta. Incorpora los huevos y los macarrones. Vierta en una fuente para hornear engrasada. Hornee a 350 por 30 minutos.

SALSA DE ESPAGUETI

½ kg de carne molida (OPT)

½ taza de cebolla picada

2 cucharadas de aceite

1/4 taza de perejil fresco o 1 cucharada de perejil seco

2 dientes de ajo, picados

1 lata de tomates

3/4 cucharadita de orégano

1 taza de salsa o pasta de tomate

1 cucharadita de sal

1 cucharada de azúcar

1 hoja de laurel 1 taza de agua

Dorar la cebolla en aceite y (la hamburguesa si se usa) y escurrir. Agregue los tomates, la salsa y los condimentos. Cocine por 15 minutos o más. Sirva sobre espaguetis calientes. Cubra con queso.

SALSA DE ESPAGUETI

1 lata de salsa de tomate

2 latas de tomates grandes o 1 kg de tomates maduros picados

1 cebolla, picada

2 cucharaditas de sal

½ cucharadita de pimienta

1/4 cucharadita de ajo en polvo

1 cucharadita de chile en polvo

1 cucharada de perejil

Hongos (OPT)

2 cucharaditas de aceite

Saltee la cebolla en aceite hasta que esté clara. Agrega otros ingredientes. Calienta y cocina a fuego lento unos 45 minutos. Se puede espesar con un poco de maicena o harina en agua fría si se desea. Sirva sobre espaguetis.

ENCHILADA DE QUESO

Queso rallado

Hamburguesa u otro tipo de carne

Cebolla picada

Tortilla de harina (aproximadamente 6" de diámetro)

Sobre cada tortilla coloca 1/4 taza de queso rallado, carne y 1 cucharada de cebolla.

Enrollar y poner en una fuente para horno.

Haga una sopa de crema, o salsa blanca, o caldo de pollo espeso hasta que tenga un espesor medio.

Vierta sobre las tortillas enrolladas. Ralle queso adicional encima.

Hornee, descubierto, a 350 grados durante 25 min.

PIMIENTA Y HUEVO

1 cucharada de mantequilla o aceite

½ pimiento verde grande, cortado en tiras

3 huevos

sal

pimienta

Panecillos, rebanadas de pan o ½ barra de pan francés

Calienta la grasa en una sartén; saltee el pimiento durante 5 minutos o hasta que esté tierno.

Batir los huevos y sazonar con sal y pimienta.

Vierta el pimiento verde ablandado y cuando los huevos comiencen a cuajar, revuelva suavemente para romper la tortilla. Cocine al gusto.

Cortar el pan como para un sándwich y rellenar con pimienta y huevos.

**PIZZA**

MASA: En un tazón grande coloque 1 taza de agua tibia. Espolvoree 1 cucharada de levadura. Agregue 1/4 taza de margarina derretida, 1 ½ cucharadita de sal, 2 tazas de harina y 1 cucharadita de azúcar. Batir vigorosamente durante 5 minutos. Agregue 1 taza más de harina y amase hasta que quede suave. Colóquelo en una bola engrasada, volteándolo para engrasar la parte superior. Tapar y dejar crecer hasta que duplique su tamaño. Golpee y presione en una sartén engrasada. Cubra con salsa roja, queso y carne. Hornee 20 minutos a 400 grados.

SALSA ROJA: ½ libra de salchicha o carne de su elección, 1 cebolla mediana picada, 1 diente de ajo picado, 2 cucharaditas de azúcar, 2 cucharaditas de sal, 1 cucharadita de hojas de albahaca (u otra especia), 1 cucharadita de pimiento rojo triturado. Combine la carne, la cebolla y el ajo. Cocine hasta que la carne esté cocida y el ajo y la cebolla tiernos. Drenar. Agregue 10 tomates (que se sumergieron en agua caliente y se les quitó la piel) y otros ingredientes. Llevar a ebullición, bajar el fuego y cocinar a fuego lento entre 30 minutos y una hora. Extender sobre la masa.

PIZZA

CORTEZA:

2-4 tazas de harina

2 tazas de agua

2 cucharadas de levadura

2 cucharadas de azúcar 1 cucharadita de sal

2 cucharadas de aceite

Mezcle agua, sal, azúcar, este y aceite. Dejar reposar durante 5 minutos. REMOVER. Agregue harina, una taza a la vez, hasta que la masa se desprenda del tazón. Colóquelo sobre una superficie enharinada y amase durante 5 minutos. Vuelva a colocarlo en un tazón y déjelo crecer hasta que se duplique (aproximadamente 2 horas). Divida la masa en cuatro partes. Enrolle en cuatro costras. Colóquelo en bandejas para hornear engrasadas y hornee a 176 C durante 5 minutos (solo la corteza). Unte sobre la salsa y los aderezos deseados (carne de su elección, champiñones, pimientos verdes, aceitunas, trozos de piña, etc. y queso). Hornee durante 5 a 7 minutos más o hasta que el queso se derrita y la corteza esté dorada.

SUGERENCIAS DE SALSA

Salsa de tomate

Ajo picado o ajo en polvo

½-1 cucharadita de orégano o condimentos italianos por taza de salsa

PIZZA DIFERENTE

2 huevos

2/3 taza de leche

1 taza de harina

1,8 cucharadita de pimienta

1 cucharadita de sal

Batir los huevos. Agrega la leche y bate más. Agrega la harina, la sal y la pimienta poco a poco. Vierta en una fuente para hornear, gotee cualquier salsa. No mezcles. Ponle aderezos y queso. Hornear a 190 C. durante unos 20 minutos.

**MASA PARA PIZZA**

400\*+ alrededor de 15 minutos

2 ¼ c. harina, ¼ c. aceite, 1 cucharada de levadura en 1/3-1/2 c. agua, 1 ¼ t. sal. Amasar. Descanse 10 minutos. Enrolle o extienda sobre una bandeja para hornear engrasada. Coberturas. Hornear.

**OTRA PIZZA**

350\* durante 5 minutos, luego 7 minutos más

Mezclar 2 c. agua, 1t. sal, 2 cucharadas de azúcar, 2 cucharadas de levadura y 2 cucharadas de aceite. Deja reposar 5 minutos. Remover. Agregue 2-4 tazas. harina, 1 taza a la vez hasta que la masa se desprenda del tazón. Voltee sobre una superficie enharinada y amase durante 5 minutos. Dejar reposar 1 o 2 horas. Dividir en 4 partes. Enrolle en 4 cortezas. Colóquelas en bandejas para hornear y hornee a 350\* durante 5 minutos. Unte sobre la salsa y aderezos: champiñones, pimientos verdes, aceitunas, trozos de piña y queso. Hornee de 5 a 7 minutos más hasta que la masa esté dorada.

SALSA: Salsa de tomate, ajo, orégano, condimento italiano, 1 t. por taza.

**PIZZA DIFERENTE**

375\* durante 20 minutos

Batir 2 huevos. Agregue 2/3 c. leche, batir más. Agregue 1 c. harina, 1 cucharadita. sal y pimienta. Vierta en un molde para hornear. Gotear sobre la salsa. No mezclar. Ponle aderezos y queso. Hornear.

SUKIYAKI

2 tazas de agua

1 # carne de res, cortada en trozos finos

2 cucharadas de azúcar

2 manojos de cebollas verdes, picadas

3-4 cucharadas de salsa de soja

1-2 tazas de champiñones, picados

Arroz cocido

Cocina arroz. Para 2 ancianos hambrientos, use 4 tazas de agua y 2 tazas de arroz. Cortar la carne en rodajas finas y sofreír. Cocine hasta que esté bien cocido. Mantenga la carne en la sartén y vierta agua. Agrega el azúcar y la salsa de soja y mezcla bien. Agregue las cebollas y los champiñones y cocine a fuego lento durante 10 minutos.

ARROZ FRITO

2 tazas de arroz cocido

Salsa de soja Jamón u otra carne para darle sabor

5 huevos batidos

1 manojo de cebollas verdes, picadas

Cocine el arroz (2 tazas de agua y 1 taza de arroz) y refrigere por 30 minutos. Mientras tanto, batimos los huevos, sofreímos el jamón y lo cortamos en trozos pequeños. Combine todos los ingredientes, incluido el arroz, y cocine. Agregue suficiente salsa de soja para que el arroz se dore. Agregue pimienta para darle sabor. Ten cuidado y NO COCINAS DEMASIADO EL ARROZ. No querrás que el arroz esté seco y crujiente.

POLLO Y PATATAS DE IDAHO

Sal

4 patatas, peladas y cortadas en rodajas finas

Pimienta

½ taza de mantequilla, derretida

3/4 taza de leche

Trozos de pollo (4-6) piernas y muslos

2 latas de sopa de champiñones o salsa blanca

Ajo en polvo o ajo fresco picado

Coloque las papas en rodajas en un molde para hornear engrasado. Sal y pimienta ligeramente. Coloque las partes de pollo encima de las patatas. Vierta mantequilla derretida sobre el pollo. Mezcla la leche con la sopa (o Salsa Blanca) y vierte sobre el pollo y las patatas. Espolvorea encima con ajo, sal y pimienta. Hornee a 204 C durante 1 hora o hasta que el pollo esté bien dorado.

POLLO AL HORNO Y ARROZ

(se puede preparar por la mañana o la noche anterior)

1 taza de arroz crudo

1 lata de sopa de champiñones

1 lata de agua

1 paquete de mezcla para sopa de cebolla

4-6 piezas de pollo

1 taza suave

Coloque el arroz crudo en una fuente para hornear grande. Combine la sopa, el agua y la mezcla de sopa de cebolla seca. Vierta ½ mezcla sobre el arroz. Ponga encima los trozos de pollo. Vierta la mezcla de sopa restante encima. Cubra con tapa o papel de aluminio. Reservar en el frigorífico durante la noche. Hornear a 176 C durante 1 hora, tapado.

POLLO AL HORNO Y FIDEOS

5 cucharadas de harina

5 cucharadas de mantequilla o margarina

2 tazas de leche

1/4 taza de queso rallado

1 paquete de 6 onzas. fideos, cocidos

2 tazas de pollo prehervido, cortado en cubitos

1 taza de champiñones, cortados en cubitos

1 cucharada de pan rallado con mantequilla

1 pimiento rojo

1 taza de caldo de pollo (o caldo de pollo previamente hervido)

Derrita la mantequilla en una sartén. Retire del fuego y agregue la harina. Combine la cocción hasta que tenga un color beige claro. Agregue lentamente la leche y el caldo o (1 taza de agua CALIENTE con 1 cubito de caldo de pollo disuelto), revolviendo constantemente hasta que quede suave. Agregue el queso y revuelva hasta que se derrita. Agregue los fideos, el pollo, los champiñones y el pimiento rojo y revuelva hasta que se mezclen. Colocar en una fuente para horno engrasada y poner encima las migajas untadas con mantequilla. Hornear a 176 C durante 30 minutos.

BURBUJAS Y CHIRRIDOS

4-6 patatas, en rodajas

½ cabeza de repollo, rallado o cortado en trozos

1 cebolla mediana, picada

2 salchichas largas, cortadas en cubitos (jamón, etc. )

1 taza de salsa blanca

Sal y pimienta para probar

Queso rallado

En una fuente o fuente para hornear, coloque capas de papas, cebollas, repollo y salchichas. Haz varias capas. Sal y pimienta para probar. Vierta la salsa blanca encima y espolvoree queso encima. Hornear 1 hora a 205c.

CENA FÁCIL DE PATATAS

2 zanahorias, peladas y cortadas en rodajas

1 cucharada de mantequilla o aceite

1 cebolla, picada fina

4 patatas, peladas y cortadas en rodajas

Queso rallado

Derrita la mantequilla en una sartén con tapa. Agrega las verduras crudas. Cocine a fuego lento y cubra mientras las verduras se cocinan. Voltear periódicamente las verduras con una espátula y cuando estén tiernas apagar el fuego. Ponga queso rallado encima y cubra con una tapa hasta que se derrita.

Sirva con huevos, jamón, salchichas, tomates o simplemente pan y mermelada.

CAZUELA DE POLLO

(preparar por la mañana o la noche anterior)

2/3 tazas de cebolla picada

2/3 taza de pimiento verde picado

2/3 taza de mayonesa

2 tazas de pollo prehervido, cortado en trozos

8 rebanadas de pan, en cubos

1/3 taza de caldo de pollo o caldo

2 huevos

1 ½ taza de leche

1 lata de crema de champiñones y ½ taza de leche O 2 tazas de salsa blanca hecha con caldo de pollo

½ taza de queso rallado

Combine el pollo, la cebolla, el pimiento verde, la mayonesa, el caldo, la sal y la pimienta al gusto. Coloque 4 rebanadas de pan en cubos en el fondo de una fuente para hornear y esparza la mezcla de pollo por encima. Combine los huevos y 1 ½ tazas de leche y bata. Vierta sobre la mezcla de pollo. Cubra con las otras 4 rebanadas de pan en cubitos. Refrigere durante la noche o todo el día, si se prepara por la mañana. Cuando esté listo para servir, mezcle la sopa de champiñones con ½ taza de leche y caliente. Vierte sobre la cazuela y hornea a 176 C durante 1 hora.

pastel de olla

Pelar y cortar en rodajas varias zanahorias y patatas y hervir hasta que estén cocidas. Prepare la carne, ya sea con pollo prehervido, carne molida o jamón. Saltee la carne en una sartén con cebollas verdes picadas y pimientos verdes. Reserva y haz salsa.

SALSA:

1 cubito de caldo

½ taza de leche

½ taza de agua

4-5 cucharadas de harina

1/4 taza de mantequilla

Derrita la mantequilla en una sartén, agregue la harina y cocine brevemente. Agregue los líquidos y el caldo. Revuelva hasta que hierva y espese ligeramente. Dejar de lado. Prepare la base siguiendo la receta básica de galletas.

CORTEZA:

2 tazas de harina

4 cucharaditas de polvo para hornear

2/3 taza de leche

½ cucharadita de sal

4 cucharadas de mantequilla o margarina

Mezcla. Estire la mitad de la masa y colóquela en una fuente o molde para hornear hondo. Agregue salsa a las verduras y la carne. Vierta sobre la base de galleta cruda. Estirar la otra mitad de masa y colocar encima. Cortar un agujero para que escape el aire y hornear a 176 C durante 20 minutos o hasta que se dore.

??????????

½ taza de aceite para ensalada

3 cucharadas de salsa de soja

1 cucharadita de sal

½ cucharadita de pimienta

4 cucharaditas de vinagre blanco

vierta sobre la mezcla de repollo justo antes de servir.

ENSALADAS

ENSALADA DE COL FÁCIL

½ cabeza de repollo, picada

3 cucharadas de vinagre, diluido

3 cucharadas de azúcar

½ taza de cebolla picada

1 pepino, picado

Espolvoree vinagre y azúcar sobre el repollo picado. Refrigere durante 5-6 horas o toda la noche. Drenar. Agregue la cebolla y el pepino. Sirva con aderezo para ensalada.

ENSALADA DE COL RÁPIDA

½ cabeza de repollo, rallado

1 zanahoria rallada

1 cebolla verde, picada

1/4 taza de mayonesa

2 cucharadas de azúcar

2 cucharadas de leche

2 cucharaditas de vinagre, diluido

Combine el repollo, la zanahoria y la cebolla verde. En un tazón pequeño, mezcle la mayonesa, la leche, el azúcar y el vinagre hasta que estén bien mezclados. Agregue la mezcla de repollo hasta que las verduras estén bien cubiertas. Enfriar y servir.

ENSALADA DE VERDURAS FRESCAS

2 tazas de vegetales mixtos: zanahorias, pepinos, cebollas, pimientos

½ cucharada de vinagre

1 cucharada de aceite

Cortar las verduras en rodajas muy finas. Agrega aceite y vinagre. Mezclar bien. Guárdelo en un recipiente tapado; se conservará durante varios días. Se pueden agregar tomates justo antes de servir. Agregue 1 cucharada de azúcar para obtener un sabor agridulce.

PEPINOS DE MISIÓN

Pele 2 pepinos dejando rayas verdes. Cortar los pepinos en rodajas muy, muy finas. Espolvorea con sal y deja reposar de 5 a 10 minutos. Exprime el líquido. Agrega 1 cucharada de vinagre y 2 cucharadas de azúcar.

ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO

1 g de tomate

1 pepino mediano

1/2 cucharadita de vinagre

Corta las verduras en trozos. Agregue aceite y vinagre o puede servirlo solo.

ENSALADA SHOPSKA

1 pimiento verde

1 g de tomate

1 pedacito de pepino

1 cucharada de cebolla

Mezcle o coloque capas de trozos de pimiento, tomate y pepino. Picar finamente la cebolla y espolvorear sobre las verduras. Rallar queso blanco ( cerena , queso búlgaro) en un montón encima de las verduras. Servir con aceite y vinagre.

# PANES

PAN DE PLÁTANO Y NUEZ

½ taza de manteca

2 tazas de harina tamizada

1 cucharadita de refresco

½ taza de nueces

½ cucharadita de sal

3 plátanos pequeños o 2 grandes, triturados

1 taza de azúcar

2 huevos

Batir la manteca, agregar el azúcar y los huevos, luego tamizar los ingredientes secos junto con el puré de plátanos. Agrega nueces. Hornee en moldes para pan pequeños a 180C durante 20 min o 140C durante 10 min. Un fuego más bajo mantiene el pan más húmedo. Rinde 3 panes pequeños.

PAN FRITO NAVAJO

2 tazas de harina

½ cucharadita de sal

1 cucharadita de polvo para hornear

1 taza de leche

Mezclar y amasar. Extiéndalo fino sobre una superficie enharinada. Cortar en círculos y freír en aceite caliente por ambos lados. Apílalo con aderezos para tacos; carne (OPT), cebollas, queso, tomates, aceitunas, frijoles y salsa. O simplemente cómelo con miel y mermelada como si fueran bollos.

GALLETAS

2 tazas de harina

3 cucharaditas de polvo para hornear

1/4 taza de mantequilla o aceite

3/4 taza de leche

1 cucharadita de sal

Calienta el horno a 450 grados. Mida la harina, el polvo para hornear y la sal en un tazón. Corta la mantequilla con un tenedor hasta que la mezcla parezca harina. Agrega casi toda la leche. Si la masa no parece flexible, agregue suficiente leche para hacer una masa suave e hinchada que sea fácil de enrollar. Coloque la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Amasar con las manos durante 25 segundos. Enrolle ½ "de espesor; la botella de refresco sirve como rodillo. Use un vaso para cortar círculos de masa o colóquelas a cucharadas en cualquier tipo de molde que tenga. Hornee de 10 a 12 minutos. Debería hacer unas 16 galletas.

GALLETAS BÁSICAS

2 tazas de harina

4 cucharaditas de polvo para hornear

½ cucharadita de sal

2/3 taza de leche

4 cucharadas de mantequilla

Combine los ingredientes secos. Agrega la mantequilla en trozos y corta la harina con dos cuchillos hasta que quede muy desmenuzable. Haga un hueco en el centro y agregue la leche hasta que se forme una masa suave y tersa. Colocar sobre una tabla enharinada y amasar suavemente 10 veces. Estirar hasta que tenga ½" de grosor y cortar con un cortador o vaso enharinado. Colocar en una bandeja para hornear de ½" por parte y hornear en horno caliente a 232 C durante 10-12 minutos.

GALLETAS DE GOTA

Agrega un poco más de leche a la receta de Galleta Básica. Deje caer una cucharadita en una bandeja para hornear engrasada. Hornee como galleta básica.

GALLETA DE QUESO

Haga la receta básica de galletas y agregue ½ taza de queso rallado. Agregue la mitad del queso a los ingredientes secos, mezcle, extienda y espolvoree la parte superior de la masa con queso antes de cortar. Hornee como para las galletas básicas. Si hace Drop Biscuits, agregue el queso de una vez a la masa.

ROLLITOS DE GALLETA DE MANZANA EN ALmíbar

Prepare un almíbar hirviendo 2 tazas de agua y 1 ½ tazas de azúcar durante 5 minutos. Mientras se cocina el almíbar, haga la receta de galleta básica y extiéndala hasta que tenga un grosor de 1/3 ". Unte la masa con 4 manzanas medianas picadas finamente. Enrolle como un rollo de gelatina. Corte en rodajas de 1 ½ ". Vierta el almíbar en un molde de 6 X 12 a 2 pulgadas de profundidad. Coloque las rodajas con el lado cortado hacia abajo en la cacerola con almíbar caliente. Salpicar con mantequilla y espolvorear con azúcar, canela y nuez moscada (si la tienes). Hornee como para las galletas básicas hasta que la masa esté dorada, aproximadamente 20 minutos. Servir con leche, helado, etc.

MUFFINS DE CENA

1 huevo

1 taza de leche

1/4 taza de aceite

2 tazas de harina

1/4 taza de azúcar

3 cucharaditas de polvo para hornear

1 cucharadita de sal

Calienta el horno a 400 grados. Engrase el fondo del molde o fuente para hornear. Batir el huevo. Agregue la leche y el aceite. Mezcle los ingredientes restantes hasta que la harina se humedezca. La masa debe tener grumos. Se pueden agregar nueces y/o pasas. Agite la canela y el azúcar encima. Hornee de 20 a 25 minutos.

PAN DE BANANA

½ taza de mantequilla o margarina

1 taza de azúcar

2 huevos

2 tazas de harina

1 cucharadita de refresco

1 cucharadita de sal

Nueces picadas si se desea

1 taza de plátanos triturados (unos 3)

Batir la mantequilla y el azúcar. Agrega los huevos uno a la vez y bate hasta que quede suave. Agrega los plátanos triturados. Combine la harina, el refresco y la sal. Agregue a la mezcla de crema y mezcle hasta que quede suave. Agrega nueces. Poner en un molde engrasado (rinde 1 barra o 12 muffins). Hornear a 176 C. durante 30-40 minutos. Asegúrese de que el centro del pan esté completamente cocido. Hornee los muffins a 204 C. 15-18 minutos.

PAN DE AVENA

2 tazas de avena

2 tazas de suero de leche (o leche agria) o yogur

1 taza de azúcar

2 tazas de harina

1 cucharadita de sal

1 cucharada de polvo para hornear

1 cucharadita de refresco

½ taza de aceite

Haga leche agria agregando leche a 1 cucharada de vinagre para hacer ½ taza y déjela reposar durante 10 minutos. Agregue el resto de la leche necesaria para la receta. Vierte la leche sobre la avena y deja reposar por 5 minutos. Agrega los huevos y el azúcar, mezclando bien. Combine los ingredientes secos. Revuelva para tamizar. Agregue los ingredientes secos y el aceite a la mezcla de avena, mezclando bien. Poner en un molde engrasado (rinde 1 barra o 12 muffins). Hornee a 176 C durante 30-40 minutos para el pan y a 204 C durante 18 minutos para los muffins.

PAN DE CALABACÍN

3 huevos bien batidos

1 taza de aceite de cocina

2 tazas de azúcar

2 tazas de calabacín rallado

1 cucharadita de vainilla

3 tazas de harina

1 cucharadita de sal

3 cucharaditas de canela

1/4 cucharadita de polvo para hornear

1 cucharadita de refresco

Combine los huevos, el aceite y el azúcar hasta que estén bien mezclados. Agrega el calabacín y la vainilla. Combine los ingredientes secos . Incorpora la mezcla. Vierte en un molde bien engrasado y hornea a 176 C durante 1 hora.

PAN DE CALABACÍN

350\* por 1 hora

Combine 3 huevos, 1 c. aceite y 2 c. azúcar. Agregue 2 c. calabacín rallado y 1 t. vainilla. Añadir: 3 c. harina, 1 cucharada de canela, 1 cucharada. refresco, ¼ t. polvo de hornear hasta que se mezcle. 1 libra pan o 2 pequeños. Hornear.

PAN DE CALABAZA

2 huevos

½ taza de calabaza cruda, rallada

1 ½ taza de azúcar

1/6 taza de leche

1 cucharadita de vainilla

½ cucharadita de nuez moscada

½ cucharadita de canela

½ cucharadita de clavo

½ cucharadita de sal

1 3/4 taza de harina

1/4 cucharadita de polvo para hornear

1 cucharadita de refresco

½ taza de aceite

Crema de huevos, aceite, azúcar y leche. Agrega la vainilla y la calabaza. Combine los ingredientes secos. Revuelva para tamizar. Agrega y mezcla bien. Hornear a 176 C

durante 1 hora o hasta que esté listo.

**PAN DE CALABAZA**

350\* por 1 hora

Crema 2 huevos, ½ c. aceite, 1 ½ c. azúcar y 3 cucharadas de leche. Añadir 1 cucharadita. vainilla y ½ c. calabaza cruda rallada. Combinar con

1 ¾ tazas. harina, ¼ t. polvo de hornear, 1 t. refresco, ½ cucharadita. sal, ½ cucharadita. clavo, ½ cucharadita. nuez moscada y ½ t. canela. Mezclar bien. Hornear.

**POSTRES**

BETTY MARRÓN MANZANA

ADICIÓN:

2 tazas de harina

1 taza de azúcar

1/4 cucharadita de sal

1 cucharadita de polvo para hornear

1 taza de mantequilla

Cáscara de naranja rallada (OPT)

Combine los ingredientes secos. Cortar la mantequilla con dos cuchillos y los dedos. Dejar de lado. Combina los siguientes ingredientes:

3/4 taza de azúcar

4-8 manzanas, peladas, sin corazón y en rodajas

1 cucharada de canela

1 cucharada de jugo de limón

Coloque la mezcla de manzana en un molde para hornear grande de 13 X 9. Espolvoree con la cobertura. Hornear a 176 c durante 1 hora. Servir con leche, helado, etc.

MANZANA CRUJIENTE

1 ½ cucharada de canela

4 tazas de manzanas, peladas, sin corazón y en rodajas

½ taza de mantequilla o margarina

2 cucharadas de mantequilla o margarina, derretida

3 cucharadas de harina

1 taza de azúcar

½ taza de agua

½ cucharadita de sal

1 cucharada de jugo de limón

1 1/4 tazas de hojuelas de maíz trituradas o cereal similar

Coloque las manzanas en una fuente para hornear. Combine agua, mantequilla derretida, sal, canela y jugo de limón. Vierta sobre las manzanas. Combine ½ taza de mantequilla, harina y azúcar. Mezclar bien. Agrega el cereal triturado y presiona sobre las manzanas. Hornear a 190 C durante 30-35 minutos. Puede duplicar la cobertura crujiente y, si lo desea, puede agregar avena: 1 taza.

POSTRE DE DURAZNOS

1/4 taza de margarina blanda

½ taza de azúcar

1 taza de harina

2 cucharaditas de polvo para hornear

1/4 cucharadita de sal

½ taza de leche

Mezclar y poner en un plato. Poner encima los melocotones (jugo y todo). Espolvorea 1/4 taza de azúcar y una pizca de canela y nuez moscada. Bate a 375 F. durante 30-45 min.

PUDÍN DE PAN

2 tazas de cubitos de pan seco

4 tazas de leche, escaldada

1 cucharada de mantequilla

1/4 cucharadita de sal

3/4 taza de azúcar

4 huevos, ligeramente batidos

1 cucharadita de vainilla

½ taza de pasas y coco (OPT)

Para escaldar la leche, llevarla casi a ebullición con un desnatado encima (NO HERVIR). Remojar los cubitos de pan en leche durante 5 minutos. Agrega la mantequilla, la sal y el azúcar. Revuelve para combinar. Agrega poco a poco un poco de la mezcla caliente, revolviendo constantemente. (¡ESTE PROCEDIMIENTO SE REALIZA PARA QUE LOS HUEVOS NO SE COCINAN!) Vierta en una fuente para hornear engrasada. Para obtener un pudín húmedo, coloque la fuente para hornear en otra fuente con agua caliente y hornee a 176 c aproximadamente 50 minutos o hasta que esté firme. Sirva con leche, etc.

PUDÍN DE PAN

350\* durante 50 minutos.

Escaldar 4 c. leche. Agregue 1 cucharada de mantequilla, ¼ de cucharadita. sal y ¾ c. azúcar. Batir 4 huevos. Agregue lentamente un poco de mezcla caliente a los huevos. Agregue lentamente los huevos a la leche. Agregue 2 c. cubitos de pan seco. 1 cucharadita vainilla y ½ c. pasas y/o coco. Vierta en una fuente para hornear engrasada. Si lo desea, coloque el plato en una olla con agua caliente.

PUDÍN DE BROWNIE

1 taza de harina

3/4 taza de azúcar

2 cucharadas de cacao

2 cucharaditas de polvo para hornear

½ cucharadita de sal

½ taza de leche

2 cucharadas de aceite

1 cucharadita de vainilla

Combine la harina, el azúcar, el cacao, el polvo para hornear y la sal. Agrega la leche, el aceite y la vainilla. También se puede agregar 3/4 taza de nueces picadas. Espolvoree la cobertura por encima.

ADICIÓN

3/4 taza de azúcar

1/4 taza de cacao

Ahora vierta 1 3/4 taza de agua por encima. Hornee a 176C durante 40-45. El agua forma una salsa.

GALLETAS DE AVENA SIN COCER

2 tazas de azúcar

3 cucharadas de cacao

1/2 taza de leche

½ taza de margarina o mantequilla

3 tazas de copos de avena (avena)

½ taza de mantequilla de maní

1 cucharadita de vainilla

Pizca de sal

Combine el azúcar, el cacao, la leche y la margarina en una sartén pesada. Cocine a fuego medio hasta que hierva. Continúe hirviendo durante 60 segundos (¡TIEMPO!). Deje enfriar hasta que esté tibio sin revolver. Agregue copos de avena, mantequilla de maní, vainilla y sal. Batir hasta que la mezcla pierda su brillo. Deje caer cucharaditas en una bandeja para hornear galletas. Refrigerar.

NUECES DEL DÍA P

1 ½ tazas de leche, escaldada

1/4 taza de mantequilla o margarina

1 ½ cucharada de levadura

½ taza de agua tibia

2 cucharaditas de azúcar

½ taza de azúcar

2 huevos

1 taza de puré de papas

1 cucharada de sal

6-7 tazas de harina

Para escaldar la leche, llevarla casi a ebullición con la descremada por encima. (¡NO HERVIR!) Agregue la mantequilla y enfríe hasta que esté tibia. Combine la levadura, el agua tibia y el azúcar y déjelo reposar durante 5 minutos. Después de que se haya enfriado, combine con la leche y agregue el azúcar, los huevos, el puré de papas, la sal y la harina. Esto quedará pegajoso. Cubrir con una toalla y dejar reposar 1 hora. Extienda 3/4 de pulgada de espesor sobre una tabla enharinada. Cortar con vaso y dejar reposar 1 hora más. Freír en aceite a fuego medio que esté bastante profundo. Cocine durante 45 segundos por cada lado. Sumerja las nueces parcialmente enfriadas en el glaseado y luego séquelas. O rebozar en azúcar o escarchar cuando esté frío.

ESMALTE HELADO

4 cucharadas de mantequilla blanda

4 tazas de azúcar en polvo

1 cucharadita de vainilla

1 taza de agua caliente

Un poco de leche

1 cucharadita de vainilla

2 tazas de azúcar en polvo

¡ESTO SERÁ MUY LÍQUIDO!

COOKIES OLVIDADAS

Batir 2 claras de huevo hasta que estén firmes. Agrega 2/3 de taza de azúcar gradualmente y bate hasta que esté firme. Agregue 1 paquete de chips de chocolate de 6 oz. Precalienta el horno a 375F. Colóquelo en una bandeja para hornear engrasada. Mételo en el horno y apágalo. Deje las galletas en el horno hasta que se enfríen o durante la noche.

GALLETAS DE CHOCOLATE MASTICABLES

2 tazas de azúcar

1/14 tazas de margarina, ablandada

2 huevos

2 cucharaditas de vainilla

2 tazas de harina sin tamizar

3/4 taza de cacao

1 cucharadita de sal

12 oz de chispas de chocolate semidulce

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

Batir la margarina y el azúcar, agregar los huevos y la vainilla. Mezcla bien. Combine la harina, el cacao, el bicarbonato de sodio y la sal. Mezcle gradualmente con la mezcla cremosa. Agrega las papas fritas. Deje caer cucharaditas en una bandeja para hornear sin engrasar. Hornee a 350F durante 8-9 minutos. Dejar enfriar en una sábana. Las galletas quedarán blandas.

GALLETAS DE AZÚCAR DE LA ABUELITA

Batir ½ taza de mantequilla y 1 taza de azúcar. Incorpora 1 huevo entero mediano o 2 yemas de huevo pequeñas. Tamice ½ cucharadita de sal, 2 cucharaditas de levadura en polvo y 2 tazas de harina (tamizada). Agregue a la mezcla. Mezcla. Corte con cortadores de galletas o vaso y hornee en una bandeja para hornear ligeramente engrasada a 400 F [horno recalentado durante 8-10 min. Para darle más brillo y color, glasee sus galletas usando esta sencilla receta. Mezcle 1/4 taza de azúcar glas tamizada y 3-4 cucharaditas de agua. Siga las instrucciones del paquete de colorante alimentario para lograr el color deseado. Mientras las galletas aún estén calientes, unte con glaseado.

GALLETAS DE AZÚCAR

1 ½ tazas de mantequilla

2 tazas de azúcar

6 huevos

4 cucharaditas de vainilla

½ cucharadita de sal

2 cucharadas de levadura en polvo

7 tazas de harina

Batir la mantequilla y el azúcar. Agrega los huevos y la vainilla. Batir hasta que quede esponjoso. Mezcle los ingredientes secos y agréguelos a la mezcla cremosa. La masa debe quedar dura pero fácil de manejar. Agregue agua si es necesario. Extienda aproximadamente 1/8 de pulgada de espesor sobre una tabla enharinada. Cortar en cuadrados o diamantes. Colóquelo en una bandeja para hornear engrasada y hornee de 6 a 10 minutos a 350 F.

GALLETAS ARMENIAS

3 huevos

1 taza de azúcar

1 taza de aceite

1 cucharadita de refresco

3-4 ½ taza de harina

2-3 cucharaditas de canela

1/4 taza de nueces. Cortado

Pasas (OPT)

Combine los huevos, el azúcar y el aceite. Agregue los ingredientes secos, suficiente harina para poder extender la masa. Espolvorea la canela y las nueces sobre la masa extendida. Enrollar hasta formar un cilindro. Luego córtelo en secciones de 1/2 pulgada de grosor. Hornee a 176 c durante 10-12 minutos o hasta que esté ligeramente dorado.

SANDI

1 taza de mantequilla

1/3 taza de azúcar

2 cucharaditas de agua

2 cucharaditas de vainilla

2 tazas de harina, tamizada

1 taza de nueces, picadas

Batir la mantequilla y el azúcar. Agrega 2 cucharaditas de agua y vainilla, mezcla bien. Incorpora la harina y las nueces. Enfriar 4 horas. Forme bolitas o dedos. Hornee en una bandeja para hornear sin engrasar a 325 f durante 20 minutos. Retirar de la sartén. Dejar enfriar un poco. Enrollar en azúcar en polvo. Rinde 3 docenas de galletas.

DOODLES DE RISAS

1 taza de mantequilla

2 tazas de azúcar

2 huevos

1/4 taza de leche

1 cucharadita de vainilla

3 3/4 taza de harina

½ cucharadita de bicarbonato de sodio

½ cucharadita de crémor tártaro

½ cucharadita de sal

1 taza de nueces, picadas

Mezclar todos los ingredientes. Forme bolas de 1 pulgada y enrolle con canela, azúcar y colóquelas en una bandeja para hornear galletas. Hornee a 375F durante 11-12 minutos.

GALLETA BÁSICA

2/3 taza de mantequilla

1 taza de azúcar

½ cucharadita de sal

1 ½ taza de harina

½ cucharadita de refresco

1 huevo

1 cucharadita de vainilla

Barra de chocolate, cortada en trozos

Batir la mantequilla, el azúcar, el huevo y la vainilla. Combine los ingredientes secos. Revuelva para tamizar. Agregue a la mezcla de crema. Licúa y agrega trozos de chocolate y/o nueces, pasas, 1 taza de avena. M&M, Reeses Pieces, coco O lo que desees. Deje caer una cucharadita sobre una bandeja para hornear engrasada. Hornee a 190 c hasta que esté ligeramente dorado, aproximadamente 10 minutos. Deje enfriar un poco antes de retirarlo de la bandeja para hornear.

GALLETAS DE MANTEQUILLA DE MANÍ

1 taza de mantequilla o margarina

1 taza de mantequilla de maní

2 tazas de azúcar

2 huevos batidos

2 tazas de harina

½ cucharadita de sal

1 cucharadita de refresco

1 cucharada de leche

1 cucharadita de vainilla

Batir la mantequilla, la mantequilla de maní y el azúcar. Agrega los huevos, la vainilla y la leche. Golpea bien. Combine harina, sal y refresco. Revuelva para tamizar. Agregue a la mezcla de crema. Enfriar un poco. Forme bolas de 1 pulgada. Colóquelo en una bandeja para hornear sin engrasar. Presione hacia abajo los centros con un tenedor o el pulgar. Hornee a 176 durante aproximadamente 10 minutos. NO HORNEAR DEMASIADO.

DELICIA DE COCO

1 taza de mantequilla, derretida

2 tazas de azúcar

4 huevos

1 cucharadita de extracto de limón o 2 cucharadas de jugo de limón

2 cucharaditas de vainilla

1 ½ tazas de harina

1 cucharadita de sal

1 cucharadita de polvo para hornear

2/3 taza de coco

Combine la mantequilla, el azúcar, los huevos, la vainilla y el jugo de limón. Mezclar bien. Combine los ingredientes secos. Revuelva para tamizar y agregue poco a poco a la mezcla cremosa. Hornee en un molde para hornear engrasado a 176C durante 20-30 minutos hasta que esté listo. Puede cubrir con glaseado si lo desea.

BROWNIES FÁCILES

3/4 taza de mantequilla o margarina

11/2 taza de azúcar

1 ½ cucharadita de vainilla

3/4 taza de harina

nueces (OPT)

3 huevos

½ taza de cacao

½ cucharadita de levadura en polvo

½ cucharadita de sal

Calentar la mantequilla, el azúcar, el cacao y la vainilla en una cacerola. Revuelva hasta que se mezclen. Dejar enfriar. Agregue los huevos, uno a la vez. Mezclar bien. Agregue los ingredientes restantes. Extienda en un molde engrasado de 9 x 13 pulgadas. Hornee a 350 f durante 30 minutos. Cuando esté frío, espolvoréelo con azúcar en polvo o cómelo solo.

BROWNIES

3/4 taza de mantequilla, derretida

2 tazas de azúcar

3/4 taza de cacao

4 huevos

½ cucharadita de vainilla

1 taza de harina

½ cucharadita de sal

1-1 ½ taza de nueces picadas en trozos grandes

Esto hace un brownie muy rico y húmedo. Combine la mantequilla derretida, el cacao, el azúcar, la vainilla y la sal. Batir los huevos, uno a la vez. Agregue la harina y las nueces (opcional). Vierta en un molde para hornear engrasado. Hornear a 176 c o menos durante 20-25 min. NO HORNEAR DEMASIADO. Deje enfriar completamente antes de cortar. Para hacer un brownie más parecido a un pastel, reduzca los huevos a 3 y aumente la harina a 1 ½ tazas.

PASTELILLOS ASESINOS

1 taza de mantequilla derretida

6 huevos

3 tazas de azúcar

1 taza de cacao

½ cucharadita de polvo para hornear

6 o menos paquetes de vainilla en polvo

2 tazas de harina

½ cucharadita de sal

Mezcle la mantequilla, los huevos, el azúcar y el cacao hasta obtener una crema. Mezclar los ingredientes secos y luego todos juntos. Hornee a 100-120 hasta que esté cocido.

CUADRADITOS DE LIMÓN

2 tazas de harina

½ taza de azúcar en polvo

1 taza de mantequilla o margarina

Mezclar y poner en un molde engrasado de 9 x 13. Hornee a 176C durante 20 minutos o hasta que esté ligeramente dorado. Mientras tanto haz el relleno:

RELLENO

2 tazas de azúcar

½ taza de jugo de limón (jugo de 2 limones medianos)

½ taza de harina

4 huevos batidos

Pizca de sal

Mezclar y verter sobre la base tibia. Hornear 20 min más a la misma temperatura. Retirar del horno. Espolvorea con azúcar en polvo (OPT). Dejar enfriar y luego cortar en cuadritos.

NO HORNEAR GALLETAS NORUEGAS

1 taza de avena

1/2 taza de mantequilla o margarina, ablandada

3/4 taza de azúcar

1 cucharada de cacao

Combine bien. Agregue más avena si es necesario. Forme bolitas y luego páselas por coco, nueces finamente picadas o azúcar en polvo si lo desea. Refrigerar.

ZAPATERO DE FRUTAS

4 ½ tazas de casi cualquier fruta (manzanas, duraznos, etc.) También se puede usar fruta enlatada escurrida

3/4 taza de azúcar

1 cucharada de harina

1/8 cucharadita de nuez moscada o canela

Combine y coloque en una fuente para hornear. Coloque la masa encima.

MASA

1 ½ tazas de harina

2 cucharaditas de polvo para hornear

½ cucharadita de sal

2 cucharadas de azúcar

1/4 taza de mantequilla

1 huevo batido

½ taza de leche

Combine los ingredientes secos. Revuelva para tamizar. Cortar la mantequilla con cuchillos. Combine la leche y el huevo y agréguelos a los ingredientes secos. Mezclar hasta obtener una masa suave. Extiéndalo sobre una tabla ligeramente enharinada y colóquelo sobre la fruta. También puede dejar caer la masa a cucharaditas sobre la fruta. Hornee a 204 c hasta que se dore, aproximadamente 15 minutos. Servir con leche o helado.

ARROZ CON LECHE AL HORNO

2 tazas de leche

2 tazas de arroz cocido (1 taza de arroz y 2 tazas de agua)

4 huevos batidos

2 cucharadas de mantequilla o margarina, derretida

½-1 taza de azúcar

1/4 cucharadita de canela

Combine los huevos y la leche. Agregue el resto de los ingredientes y vierta en un molde para hornear engrasado de 9 x 13 y hornee a 176C durante 45 minutos o hasta que cuaje.

CRUJIENTE DE MANZANA FÁCIL

Pica de 6 a 8 manzanas en un molde para hornear. Espolvoree 3/4 taza de azúcar mezclada con ½ cucharadita de canela encima. COBERTURA: 1 taza de harina, 3/4 taza de azúcar, 1 cucharadita de levadura en polvo, ½ cucharadita de sal. Rompe 1 huevo y mezcla hasta que se desmorone. Espolvorea sobre las manzanas. Vierta 1/3 de taza de aceite para ensalada por encima. Espolvorea canela por encima. Hornee a 350 f durante 45 minutos-1 hora.

NUNCA FALLE LA CORTE DE PIE

2 tazas de harina

1 cucharadita de sal

3/4 taza de manteca

Un poco menos de 1/3 de taza de agua fría

Batir una taza de harina, sal y manteca vegetal. Cuando esté suave y cremoso, AGREGA de una vez la otra taza de harina y el agua. Mezclar hasta que "limpie el bol". Divídalo en dos partes, extiéndalo y úselo para uno, dos pasteles de masa o dos pasteles de una masa.

MASA DE PIE PARA PIE DE CREMA DE PLÁTANO

2 tazas de harina

½ taza de aceite

1 cucharadita de sal

10-12 cucharadas de agua fría

Mezcle la harina, la sal y el aceite antes de agregar el agua. Cocine a temperatura alta durante 10 a 15 minutos. Tan pronto como salga del horno, llene el fondo LLENO de Plátanos, vierta el pudín de vainilla por encima y la crema por encima. Enfriar y servir

PASTEL DE CALABAZA

Hermana Mathis

1 base para pastel de 9 pulgadas sin hornear

3/4 taza de azúcar

½ cucharadita de sal

1 cucharadita de canela

1/4 cucharadita de jengibre

1/4 cucharadita de clavo

3 huevos

1 3/4 taza de calabaza, zapallo o camote

1 ½ taza de leche o 1 lata de leche evaporada

COMBINE el azúcar, la sal, la canela, el jengibre y los clavos en un tazón pequeño. Mezclar bien . Batir ligeramente los huevos en un tazón grande. Agregue la mezcla de calabaza y azúcar y especias. Agregue gradualmente la leche. HORNEA en el horno precalentado a 425 F durante 15 minutos y luego reduce la temperatura a 350 f durante 35 a 50 minutos O hasta que el centro esté casi listo. Continuará cocinándose después de sacarlo del horno. Deje enfriar sobre una rejilla durante 3 horas. Sirva inmediatamente o enfríe y sirva con crema o helado.

WACKY CAKE (no es pastel sin huevo, sin leche ni mantequilla , también llamado pastel loco)

3 huevos

1 taza de azúcar

1 taza de harina

Batir bien los huevos durante 5 minutos con una batidora si tienes. Agregue lentamente el azúcar. Agrega la harina y vierte en un molde para hornear engrasado y hornea a 176 c durante 20-30 minutos. Servir con mermelada o fruta encima. OPCIÓN: Coloque manzanas en rodajas u otra fruta en un molde para hornear y luego coloque la masa sobre la fruta y hornee.

PASTEL DE ZANAHORIA

1 ½ taza de aceite de cocina

2 tazas de azúcar

4 huevos bien batidos

3 tazas de zanahorias ralladas

2 tazas de harina

1/2 cucharadita de sal

2 cucharaditas de canela

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 ½ tazas de nuez picada (OPT)

1 taza de pasas

1 cucharadita de vainilla

NOTA: Si tiene acceso a las siguientes especias, agregue:

3/4 cucharadita de nuez moscada

3/4 cucharadita de clavo

3/4 cucharadita de pimienta de Jamaica

3/4 cucharadita de jengibre

Combine el aceite y el azúcar hasta que estén bien mezclados. Agrega los huevos. Combine los ingredientes secos y revuelva para tamizar. Agregue a la masa y mezcle bien. Agregue la vainilla, las nueces, las zanahorias y las pasas. Mezclar bien. Extender en un molde para pasteles bien engrasado . Hornee a 176 c durante 45 a 50 minutos o menos o hasta que el centro rebote cuando se toca ligeramente. Dejar enfriar sobre una rejilla. Cubra con una mezcla de queso crema y leche O, si tiene acceso a azúcar en polvo, cubra con glaseado de queso crema.

CREMA DE QUESO GLASEADO

½ taza de mantequilla, ablandada

100 gramos. queso crema

1 libra de azúcar en polvo

2 ½ cucharaditas de vainilla

Batir y esparcir sobre el bizcocho enfriado.

PASTEL BÁSICO DE DOS HUEVOS

½ taza de mantequilla 1 taza de azúcar

2 huevos

2 1/4 taza de harina

½ cucharadita de sal

3 cucharaditas de polvo para hornear

3/4 taza de leche

1 cucharadita de vainilla

Batir la manteca vegetal, el azúcar y la vainilla hasta que esté suave y esponjoso. Añade dos huevos y bate bien . Agrega los ingredientes secos tamizados alternativamente con la leche. Hornee en un molde engrasado durante 350 F durante 20 a 30 minutos.

TORTA SIN HUEVO, SIN LECHE Y SIN MANTEQUILLA

Cocine una taza de pasas durante 20 minutos en suficiente agua para tener una taza de líquido cuando esté listo. Escurrir el líquido. AGREGUE a la taza de líquido: 1 cucharadita colmada de bicarbonato de sodio, 1 cucharada de aceite. Deje enfriar el líquido y luego agregue: 1 taza de azúcar

1 cucharadita de pimienta de Jamaica

1 cucharadita de canela

1/4 cucharadita de clavo

1/4 cucharadita de nuez moscada

2 tazas de harina

Agregue las pasas al final. Hornee en horno moderado (350) durante 1 hora o hasta que el pastel se desprenda de los lados del molde.

SIROPE DE CHOCOLATE

5 cucharadas de cacao

6 cucharadas de azúcar

4 cucharadas de leche

100 mg de mantequilla

Combine en una cacerola y hierva durante 5 minutos, revolviendo constantemente.

BROWNIES TRIPLE FUDGE

hermana esteban

Cocine 1 paquete pequeño. Budín de chocolate según las indicaciones.

Agrega 1 mezcla para pastel de chocolate seca.

Quedará pegajoso y espeso.

Colocar en un molde floreado engrasado de 9 x 13 o 10 x 15.

Espolvoree chispas de chocolate por encima.

Espolvorea nueces (opcional)

Hornear por 30 min. En horno 325.

POSTRE DE PLÁTANO DIVIDIDO

1/3 libra de galletas Graham (aproximadamente 1 ½ tazas)

½ galón de helado de vainilla

1 - 9 oz de látigo frío

2 o 3 plátanos (firmes, no demasiado maduros)

sirope de chocolate

nueces picadas

El día antes:

1. Triture las galletas Graham y extiéndalas en un molde de 9 x 13.

2. Ablanda el helado unos minutos a temperatura ambiente.

Corte en rodajas de 1 pulgada de grosor y extiéndalas en una capa sobre las galletas. Trabaja rápido para que no se derrita. Regresar al congelador.

3. Retire el batido frío del congelador y déjelo en el refrigerador . Durante la noche.

Por la tarde tiene previsto servir el postre (unas horas antes de servir)

1. Cortar los plátanos, mezclarlos hasta que estén fríos y esparcirlos sobre el helado.

2. Rocíe el jarabe de chocolate por encima.

3. Espolvorear con nueces picadas.

Regrese al congelador hasta el momento de servir.

PARA CACHORROS

hermana esteban

2 barras marg.

1 caja de cheques de arroz de 12 oz (solamente)

1 paquete de chispas de chocolate

3/4 taza de mantequilla de maní cremosa

1 libra de azúcar en polvo en caja

Derrita en una cacerola a fuego lento, 2 barras de mantequilla,

1 paquete de chispas de chocolate y 3/4 taza de mantequilla de maní

Vierta sobre las tiras de arroz y revuelva ligeramente para cubrir todas las tiras.

En una bolsa de papel, agregue 1 libra de azúcar en polvo y la mezcla de rick check y revuelva para cubrir.

Colóquelo sobre papel encerado para que se enfríe.

Esto parece comida para perros. ¡Sabe rico! Pero puede ser una buena broma. Sirve 12

( eof )

==================================================== ==========

PAVO

==================================================== ==========

Libro de recetas de pavo

**RECETAS FAMILIARES**

**LIBRO 1**

Aperitivos

Carne de res

Bebidas

Panes - No

Tortas

Dulces

Cazuelas

Galletas

Postres

Huevos

Pez

**RECETAS FAMILIARES**

**LIBRO 2**

Glaseados

ensaladas de frutas

Enjambres

Pasta

tartas

cerdo o jamon

Aves de corral

Salsas

sopas

Verduras

Ensaladas Vegetales

**APERITIVOS ------------------------------------------------- ---------**

**BOLAS DE SALCHICHA FÁCILES**

De la cocina de Pía

1 libra de salchicha molida caliente

1 taza de queso cheddar fuerte, rallado

1 caja (20 oz) de bisquick

Mezclar bien todos los ingredientes con las manos. Forme bolas de 1 pulgada y hornee en una bandeja para hornear sin engrasar durante 25 minutos a 375 °.

**BEARY BUEN MERIENDA**

Snack Graham en forma de osito – chocolate y miel

Cheerios con miel y nueces, caja pequeña

Maní tostado con miel – lata pequeña

Pasas – caja pequeña

Mezclar todo en un tazón grande. Dividir en bolsas o cubrir con tapa.

**BRUSCHETTA**

4 - 6 porciones

1 taza de aceite de oliva

2 tomates medianos en rodajas finas

1/2 cucharadita de pimienta sazonada

jugo de 1 limón fresco

2 rodajas de cebolla morada, en rodajas finas

5 - 6 hojas de albahaca fresca picada fina

3 dientes de ajo, prensados

1/3 libra de mozzarella en rodajas finas

Combine todos los ingredientes, mezcle y refrigere por al menos 3 horas.

Corte el pan Baquette en diagonal en rebanadas de 1/2 a 1 pulgada. Unte un lado con la mezcla de marinada por encima y tueste hasta que estén dorados.

Coloque la rebanada de pan tostado en un plato para servir. Coloque en cada capa una rodaja de tomate, una rodaja de queso, una rodaja de cebolla y cubra con una hoja de albahaca.

**CHEX PARTY MIX**

Rinde 9 tazas

1/2 taza de margarina (1 barra)

1 1/4 cucharaditas de sal sazonada

4 1/2 cucharaditas de salsa inglesa

2 2/3 tazas de cereal Corn Chex

2 2/3 tazas de cereal Rice Chex

2 2/3 tazas de cereal Wheat Chex

1 taza de nueces mixtas saladas

Precalentar el horno a 350 °. Derrita la mantequilla en el microondas; agregue sal y salsa. Vierta sobre la mezcla de cereales y nueces y mezcle bien. Hornee en un molde de 15 x 10 x 2 pulgadas durante 20 a 25 minutos, revolviendo cada 10 minutos. Almacenar en recipiente hermético.

*NOTA: También puede agregar 1 taza de chips de bagel con sabor a ajo y 1 taza de pretzels.*



**CARNE DE RES**



El salitre también se conoce como nitrato de potasio. (MG)



**Bebidas**



Bebidas



**TORTAS**

**MEJOR QUE ROBERT REDFORD**

De María Beth Keim

1 1/2 tazas de harina

1 taza de azúcar en polvo

1 1/2 tazas de mantequilla

8 onzas de queso crema

2/3 taza de nueces picadas

9 oz de cobertura batida, descongelada

2 paquetes de pudín instantáneo

3 tazas de leche

Mezcle la harina, la mantequilla y las nueces y presione en una fuente para hornear de 9 x 13. Hornee 30 minutos a 325 °. Fresco.

Batir el azúcar y el queso crema durante 2 minutos. Agrega 1/2 taza de cobertura batida. Unte sobre la base enfriada.

Mezcle el pudín y la leche y extienda, inmediatamente, sobre la mezcla de queso crema.

Cubra con la otra mitad de la cobertura batida. Refrigere al menos 3 horas antes de servir.

**PASTEL DE MANTEQUILLA**

Sirve 12 - 15

De la cocina de Pía

2/3 taza de mantequilla blanda

3 tazas de harina para pastel

1 3/4 tazas de azúcar

2 1/2 cucharaditas de polvo para hornear

2 huevos

1 cucharadita de sal

1 1/2 cucharadita de vainilla

1 1/4 tazas de leche

Batir la mantequilla y el azúcar hasta que quede esponjoso. Batir 1 huevo a la vez. Agrega la vainilla. Agregue alternativamente los ingredientes secos y la leche batiendo después de cada adición. Vierta en 2 moldes para capas de 9 pulgadas engrasados y enharinados.

Hornee durante 35 a 40 minutos a 350 °.

Escarcha o sirve con fruta fresca y sin glaseado (como un bizcocho realmente rico).

**PASTEL DE CHOCOLATE** *(a veces llamado pastel de hojas de Texas)*

*Sirve 12 - 15*

*Mezclar todo junto:*

2 tazas de harina

2 tazas de azúcar

*Deje hervir y luego vierta sobre la mezcla de harina y azúcar:*

4 cucharadas de cacao

1 taza de agua

1/2 cucharadita de sal

2 barras de margarina

*Mezclar todo junto:*

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1/2 taza de suero de leche (o leche normal con 1/2 cucharada de jugo de limón)

*Agrega la mezcla de suero de leche a la mezcla de harina; revuelva en* :

1 cucharadita de canela

1 cucharadita de vainilla

2 huevos

*Mezclar bien. Hornee durante 20 minutos a 400° en un molde para panecillos de gelatina engrasado y enharinado.*

**GLASEADO DE PASTEL DE CHOCOLATE**

Empiece a poner glaseado 5 minutos antes de que el pastel esté listo (¡o nunca podrá untarlo!).

1 barra de margarina, derretida y caliente

1 cucharada de leche, caliente

4 cucharadas de cacao

1 cucharadita de vainilla

1 caja de azúcar en polvo (1 libra o 4 tazas llenas)

1 taza de nueces (opcional)

NOTA: Por lo general, duplico la receta del pastel y cuelgo ambos pasteles con una receta de glaseado. Creo que el glaseado es demasiado dulce para un solo pastel.

**TARTA DE HOJA DE CHOCOLATE**

De la cocina de Pía

*Hervirlo:*

2 barras de margarina

4 cucharadas de cacao

1 taza de agua

1/2 cucharadita de sal

*Vierta la mezcla de cacao sobre:* 2 tazas de harina

2 tazas de azúcar

*Revuelva bien y luego agregue:* 1/2 taza de suero de leche

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

(NOTA: primero disuelva el refresco en el suero de leche)

*Añade también:*

1 cucharadita de canela

2 huevos

1 cucharadita de vainilla

Hornee en un molde para panecillos de gelatina grande, engrasado y ligeramente enharinado a 400 °durante 20 minutos.

*Comience a aplicar el glaseado 5 minutos antes de que el pastel esté listo y el costo del glaseado aún estará caliente:*

1 barra de margarina derretida y caliente

6 cucharadas de leche, caliente

4 cucharadas de cacao

1 caja de azúcar glass

1 cucharadita de vainilla

1 taza de nueces (opcional)

NOTA: Por lo general, duplico la receta del pastel y glaseo ambos pasteles con una sola receta de glaseado (o reduzco la receta de glaseado a la mitad).

**POKE PASTEL DE NAVIDAD**

1 paquete de mezcla para pastel blanco

1 paquete (3 oz) de gelatina de frambuesa

1 paquete (3 oz) de gelatina de lima

2 tazas de agua hirviendo

1 recipiente (8 oz) de cobertura batida no láctea, descongelada

Prepare la mezcla para pastel como se indica y vierta la masa en 2 moldes redondos de 8 o 9 pulgadas. Hornee según las indicaciones; enfriar 10 minutos. Retirar de los moldes y dejar enfriar por completo. Coloque las capas de pastel, con la parte superior hacia arriba, en moldes para pasteles "limpios". Pinche cada capa con un tenedor a intervalos de 1/2 pulgada. Vierta 1 taza de gelatina sabor frambuesa sobre 1 capa y 1 taza de lima sobre la otra capa. Refrigere de 3 a 4 horas. Para quitar los pasteles de los moldes, sumérjalos en agua tibia durante 10 segundos y agítelos suavemente para aflojarlos. Unte con cobertura batida. Refrigere al menos 1 hora antes de servir.

CONSEJO: Se pueden sustituir otros sabores de gelatina, como limón y lima, para obtener un pastel SUMMER POKE "fresco"

**PASTEL DE TIERRA**

De la cocina de Pía

Triture finamente: 1 paquete (16 oz) de galletas Oreo *(se pueden sustituir por otras galletas tipo sándwich de chocolate, pero el resultado no es tan delicioso).*

Combine y reserve:

8 onzas de queso crema

1 taza de azúcar en polvo

1/2 taza de mantequilla o margarina

Combinar:

1 1/2 tazas de leche

2 paquetes pequeños de pudín instantáneo de vainilla

Doblar en pudín:

1 recipiente (12 oz) de cobertura batida (descongelada)

Agrega la mezcla de queso crema a la mezcla de pudín.

En un molde de 9 x 13 pulgadas, coloque capas de migas de galleta, mezcla de pudín, mezcla de pudín de migas de galleta, etc., comenzando y terminando con las migas de galleta. Refrigere al menos 1 hora antes de servir.

*NOTA: Para darle un toque creativo, use una maceta de buen tamaño o un balde para arena de playa en lugar de la bandeja de 9 x 13 pulgadas. Toques adicionales: flores de plástico y gusanos de goma; luego sírvalo con una paleta o una pala pequeña para arena de playa.*

**PASTEL ALEMÁN DE MANZANA**

5 manzanas, en rodajas finas

2 cucharaditas de canela

1/3 taza de azúcar

Cortar las manzanas y cubrirlas bien con canela y azúcar.

3 tazas de harina

1/3 taza de jugo de naranja

2 tazas de azúcar

2 cucharaditas de vainilla

1 taza de aceite

1 ½ cucharaditas de bicarbonato de sodio

4 huevos

1 ½ cucharaditas de polvo para hornear

¼ cucharadita de sal

Combina la harina, el aceite, la sal, el jugo de naranja, la vainilla y los huevos. Batir 1 minuto a velocidad baja, luego 3 minutos a velocidad media. Agrega el polvo de hornear y el bicarbonato de sodio y bate un minuto más. Engrase un molde para pastel de ángel. Coloque capas alternas de masa y manzanas, terminando con masa en la parte superior. Hornee a 350 °durante 1 hora y 20 minutos. Ponga azúcar glass encima o cuando esté caliente sirva con crema batida o helado.

**PASTEL DE MANZANA CALIENTE CON SALSA DE PECAN Y CARAMELO**

De la cocina de Pía

(NOTA: para moldes de 2 a 9 x 13 pulgadas, use las cantidades entre paréntesis)

*Batir hasta que esté suave y esponjoso:*

1/2 (1 1/2) libra de margarina

1 (3) taza(s) de azúcar

*Añadir los huevos uno a la vez:*

2 (6) huevos

*Agregue a la mezcla de huevo y margarina:*

1/2 (1 1/2) cucharadita(s) de nuez moscada

1/2 (1 1/2) cucharadita(s) de sal

1 1/2 (4 1/2) cucharaditas de canela

1 (3) cucharadita(s) de levadura en polvo

1 1/2 (4 1/2) tazas de harina

1 (3) cucharadita(s) de vainilla

*Incorpora lo siguiente:*

3 (9) manzanas ácidas peladas y finamente picadas

3/4 (2 1/4) taza(s) de nueces pecanas picadas

*Hornee a 350 °durante 35 a 45 minutos en moldes engrasados y enharinados.*

SALSA:

Derrita 4 (12) cucharadas de mantequilla sin sal y agregue 1/2 (1 1/2) taza(s) de mitades de nueces pecanas. Revuelve constantemente a fuego medio hasta que se doren. Agrega 1 (3) taza(s) de azúcar morena y 1(3) tazas de crema para batir; revuelva hasta que el azúcar se disuelva y la salsa hierva. La salsa se espesará a medida que se enfríe. Sirva sobre pastel con cobertura batida y una cereza marrasquino.

**PASTEL RUISEÑOR**

Sirve 12 - 15

Desde Ann Park, Atlanta, GA

3 tazas de harina

1 1/2 cucharadita de vainilla

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 lata (8 oz) de piña triturada, sin escurrir

1/2 cucharadita de sal

1 taza de pecanas o nueces picadas

2 tazas de azúcar

2 tazas de plátanos triturados

1 cucharadita de canela molida

1/2 taza de pecanas o nueces picadas

3 huevos batidos

Glaseado de queso crema (ver más abajo)

3/4 taza de aceite vegetal

Combine los primeros 5 ingredientes en un tazón grande; agregue los huevos y el aceite, revolviendo hasta que los ingredientes secos se humedezcan. No golpees. Agrega la vainilla, la piña, 1 taza de nueces picadas y los plátanos. Vierta la masa en 3 moldes para pasteles redondos de 9 pulgadas engrasados y enharinados. Hornee a 350 °durante 23 a 28 minutos o hasta que al insertar un palillo de madera en el centro, éste salga limpio. Deje enfriar en moldes durante 10 minutos; Retirar de los moldes y dejar enfriar completamente sobre rejillas. Agrega 1/2 taza de nueces picadas al glaseado de queso crema, si lo deseas, o resérvalas para espolvorear sobre el glaseado. Extienda el glaseado entre las capas y encima y a los lados del pastel. Rendimiento: 1 pastel (de 3 capas).

NOTA: El pastel se puede hornear en un molde para hornear de 9 x 13 pulgadas. Hornee a 350 °durante 40 a 45 minutos o hasta que al insertar un palillo de madera en el medio, éste salga limpio.

**CREMA DE QUESO GLASEADO**

1/2 taza de mantequilla o margarina, ablandada

1 paquete (16 oz) de azúcar en polvo, tamizada

1 paquete (8 oz) de queso crema, ablandado

1 cucharadita de extracto de vainilla

Crema de mantequilla y queso crema ablandado. Agregue gradualmente el azúcar en polvo; batir hasta que esté suave y esponjoso. Agrega la vainilla. Rendimiento: suficiente para 1 pastel (de 3 capas).

**PASTEL RUISEÑOR**

Sirve 12 - 15

Desde Ann Park, Atlanta, GA

3 tazas de harina

1 1/2 cucharadita de vainilla

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 lata (8 oz) de piña triturada, sin escurrir

1/2 cucharadita de sal

1 taza de pecanas o nueces picadas

2 tazas de azúcar

2 tazas de plátanos triturados

1 cucharadita de canela molida

1/2 taza de pecanas o nueces picadas

3 huevos batidos

Glaseado de queso crema (ver más abajo)

3/4 taza de aceite vegetal

Combine los primeros 5 ingredientes en un tazón grande; agregue los huevos y el aceite, revolviendo hasta que los ingredientes secos se humedezcan. No golpees. Agrega la vainilla, la piña, 1 taza de nueces picadas y los plátanos. Vierta la masa en 3 moldes para pasteles redondos de 9 pulgadas engrasados y enharinados. Hornee a 350 °durante 23 a 28 minutos o hasta que al insertar un palillo de madera en el centro, éste salga limpio. Deje enfriar en moldes durante 10 minutos; Retirar de los moldes y dejar enfriar completamente sobre rejillas. Agrega 1/2 taza de nueces picadas al glaseado de queso crema, si lo deseas, o resérvalas para espolvorear sobre el glaseado. Extienda el glaseado entre las capas y encima y a los lados del pastel. Rendimiento: 1 pastel (de 3 capas).

NOTA: El pastel se puede hornear en un molde para hornear de 9 x 13 pulgadas. Hornee a 350 °durante 40 a 45 minutos o hasta que al insertar un palillo de madera en el medio, éste salga limpio.

**CREMA DE QUESO GLASEADO**

1/2 taza de mantequilla o margarina, ablandada

1 paquete (16 oz) de azúcar en polvo, tamizada

1 paquete (8 oz) de queso crema, ablandado

1 cucharadita de extracto de vainilla

Crema de mantequilla y queso crema ablandado. Agregue gradualmente el azúcar en polvo; batir hasta que esté suave y esponjoso. Agrega la vainilla. Rendimiento: suficiente para 1 pastel (de 3 capas).

**PASTEL DE MANZANA CRUDA**

De la cocina de Pía

2 tazas de azúcar

2 cucharaditas de refresco

1 taza de margarina

1 cucharadita de canela

2 huevos

1/2 cucharadita de sal

2 tazas de harina

1 taza de nueces (opcional)

4 tazas de manzanas finamente picadas

Batir la margarina y el azúcar. Agregar los huevos y batir bien. Agrega los ingredientes secos. Agrega nueces y manzanas. Vierta en un molde de 9 x 13 engrasado y enharinado. Hornee a 350 °por 45 minutos.

ADICIÓN:

1/2 taza de azúcar moreno

1/2 taza de azúcar blanca

1/2 taza de margarina

1/2 taza de crema

Mezclar y llevar a ebullición. Retirar del fuego y servir sobre el pastel mientras aún esté caliente.

**TORTA DE LIBRA MUY RICA**

De la cocina de Pía

Sirve 12 - 15

1/2 libra de mantequilla (no margarina)

3 tazas de harina

1/2 libra de crisco

1/4 cucharadita de sal

3 tazas de azúcar

1/2 cucharadita de polvo para hornear

5 huevos

1 taza de leche

1 cucharadita de vainilla

Batir la mantequilla y el Crisco con el azúcar. Añadir los huevos uno a la vez. Agrega los ingredientes secos alternativamente con la leche y la vainilla.

PARA EL PASTEL DE CHOCOLATE: Agrega 1/2 taza de leche y 1/2 taza de cacao a la receta.

Hornee a 325 °durante 1 hora y 25 minutos en un tubo o molde tipo bundt engrasado y ligeramente enharinado .

**TÚNEL DE PASTEL FUDGE**

Sirve 12

1 ½ tazas de mantequilla, ablandada

6 huevos

1 ½ tazas de azúcar

2 tazas de harina

2 tazas de nueces picadas

1 (16 oz) de glaseado de dulce de azúcar ya preparado

Glaseado de chocolate (la receta sigue)

Precalentar el horno a 350 °. Engrase y enharine un molde de 9 o 10 pulgadas . Batir la mantequilla en un tazón grande con una batidora eléctrica a alta velocidad. Añadir los huevos uno a la vez. Incorpora poco a poco el azúcar y continúa batiendo hasta que esté suave y esponjoso. Agregue a mano la harina, el glaseado de dulce de azúcar y las nueces hasta que estén bien mezclados. Vierta la mezcla en el molde preparado. Hornee durante 60 a 65 minutos. Deje enfriar en el molde durante 2 horas antes de retirarlo. Rocíe con glaseado de chocolate.

**GLASEADO DE CHOCOLATE**

3 cucharadas de cacao

2 cucharadas de mantequilla, derretida

1 taza de azúcar en polvo

2 o 3 cucharadas de agua caliente.

Combine todos los ingredientes en un tazón y bata a mano hasta que quede suave.

**PASTEL DE TORTUGA**

De María Beth Keim

1 mezcla para pastel de chocolate alemán

Paquete de 14 oz de caramelos

3/4 taza de margarina

1/2 taza de leche evaporada

1 taza de chispas de chocolate

1 taza de mitades de nueces

Azúcar en polvo

Mezcle la mezcla para pastel según las instrucciones del paquete. Vierta la mitad de la masa en un molde de 9 x 13 pulgadas engrasado y ligeramente enharinado. Hornee a 350 °por 15 minutos.

Derretir los caramelos y la margarina; agregue la leche. Vierta la mezcla de caramelo sobre el pastel horneado (caliente). Distribuya las chispas de chocolate y las nueces de manera uniforme sobre la mezcla de caramelo. Vierta la masa restante encima y hornee 20 minutos más. Espolvorea con azúcar glass y sirve.

**TORTA DE TWINKIE**

Hornea una mezcla para pastel amarillo en un molde de 9 x 13 pulgadas como se indica. Retirar de la sartén y dejar enfriar por completo. Corta el pastel horizontalmente para formar 2 capas uniformes.

RELLENO:

Mezcle 5 cucharadas de harina y 1 taza de leche. Llevar a ebullición y cocinar hasta que espese. Fresco.

Mezclar todo junto

1 taza de azúcar

1/2 taza de manteca

1/2 taza de margarina

1/2 cucharadita de sal

Agregue a la mezcla de leche enfriada y bata hasta que quede esponjoso y rígido.

Extienda el relleno entre las capas del pastel y espolvoree azúcar en polvo por encima. Cortar en barras o cuadritos para servir.

**PASTEL LOCO**

De la tía Amy Jones

Tamizar en un molde cuadrado sin engrasar de 9 pulgadas:

1 1/2 tazas de harina

1 taza de azúcar

3 cucharadas de cacao

1/2 cucharadita de sal

1 cucharadita de refresco

Agregar:

4 cucharadas de margarina derretida

1 cucharada de vinagre blanco

1 taza de agua fría

Revuelva bien y hornee por 40 minutos a 350 °.

**DULCE**

**CARAMELO "BUCKEYE"**

De la cocina de Pía

*Rinde 7 tazas*

2 libras de mantequilla de maní suave o en trozos (4 tazas)

3 libras de azúcar en polvo tamizada (7 tazas)

1 libra de mantequilla o margarina derretida

12 onzas de chispas de chocolate\*

1/2 losa de parafina\*

Mezcle los primeros tres ingredientes y forme bolas del tamaño de un castaño de Indias. Colóquelo en el refrigerador durante la noche. Al día siguiente derretir el chocolate con parafina a baño maría. Sumerja cada bola en la mezcla de chocolate con un palillo, dejando un pequeño círculo en la parte superior de la bola que parezca un castaño de Indias.

\*NOTA: Puede usar 24 oz de cobertura de chocolate en lugar de chips y parafina.

**Fudge de chocolate infalible**

Rinde 2 libras

3 paquetes (6 oz) de chispas de chocolate

1 lata (14 oz) de leche condensada azucarada

Pizca de sal

1/2 a 1 taza de nueces picadas, al gusto

1 1/2 cucharaditas de vainilla

A fuego lento en una cacerola pesada, derrita las chispas con la leche. Alejar del calor; agregue los ingredientes restantes. Extienda uniformemente en un molde cuadrado de 8 o 9 pulgadas forrado con papel encerado. Enfríe durante 2 horas o hasta que esté firme. Voltéelo sobre la tabla de cortar; Retire el papel y córtelo en cuadrados. Guárdelo sin tapar a temperatura ambiente.

PARA ROCKY ROAD FUDGE: Omita la sal, la vainilla y las nueces. Usando solo 2 paquetes de chips, derrítalos con leche y 2 cucharadas de margarina. Combine 2 tazas de maní tostado seco y 1 paquete (10,5 oz) de mini malvaviscos. Vierta esta mezcla en la mezcla de chocolate y mezcle bien. Extienda sobre una línea de papel encerado en un molde de 13 x 9 pulgadas. Enfriar 2 horas.

**CARAMELO DURO**

De la tía Eileen Savoldi

Mezcle bien y cocine a 300 °(usando un termómetro para dulces):

2 tazas de azúcar blanca

2/3 taza de jarabe de maíz blanco

1 taza de agua

Agregue saborizantes y colorantes.

Canela = 1 cucharadita de aceite de canela con colorante rojo

Gaulteria = 2 cucharaditas de gaulteria con colorante alimentario verde

Limón = 2 cucharaditas de aceite de limón con colorante alimentario amarillo

Vierta en 2 platos untados con mantequilla; córtelo con unas tijeras mientras se enfría alrededor de los bordes. Coloque los trozos de caramelo en azúcar en polvo. Cuando esté frío, sacuda el azúcar suelta.

**MAIZ CARAMELO PARA MICROONDAS**

De la cocina de Pía

*Pop y colocar en una bolsa de papel marrón:*

3/4 tazas de palomitas de maíz

*Mezcle en un recipiente apto para microondas y cocine en el microondas durante 2 minutos a temperatura alta:*

1/4 taza de jarabe de maíz blanco

1 taza de azúcar moreno

1/4 cucharadita de sal

1 barra de margarina

*Revuelva y cocine en el microondas 3 minutos más.*

*Agregar:*

1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio, revuelve y vierte sobre las palomitas de maíz en una bolsa de papel marrón. *Agitar bien.*

Pon el saco en el microondas durante 1 1/2 minutos. Agitar bien.

Luego cocine en el microondas durante 1 1/2 minutos más y agite nuevamente.

Cocine en el microondas por última vez durante 30 segundos, luego extiéndalo sobre una bandeja para hornear forrada con papel encerado. Dejar enfriar y comer o guardar en un recipiente hermético.

**QUEBRADERO DE MANÍ PARA MICROONDAS**

De Kim Savoldi

*Mezcle en un recipiente apto para microondas:*

1 taza de maní crudo

1 taza de azúcar

1/8 cucharadita de sal

1/2 taza de jarabe de maíz ligero

*Cocine en el microondas a temperatura alta durante 4 minutos y revuelva. Cocine en el microondas por 4 minutos más.*

*Agregar:*

1 cucharadita de vainilla

1 cucharada de margarina

*Cocine en el microondas a temperatura alta durante 2 minutos más.*

Retirar del microondas y agregar RÁPIDAMENTE 1 cucharadita de bicarbonato de sodio. Vierta sobre una bandeja para hornear galletas untada con mantequilla. Cuando esté frío, romper en pedazos

**MUNCH DE MIEL DE MAÍZ HINCHADO DE MAMÁ**

De la cocina de Pía

*Rinde 7 tazas*

6 tazas de maíz inflado " sin cáscara "

1/3 taza de azúcar morena envasada

1/4 taza de miel

2 cucharadas de margarina

1 bolsa de nueces

1/4 cucharadita de bicarbonato de sodio

Cubra el fondo y los lados del molde de 13 x 9 con una hoja grande de papel de aluminio. Rocíe papel de aluminio con Pam. Combine el maíz inflado y las nueces en un molde forrado con papel de aluminio. Combine el azúcar moreno, la miel y la margarina en una cacerola pequeña. Llevar a ebullición a fuego medio, revolviendo constantemente; reduzca el fuego a bajo. Cocine 5 minutos (NO REVOLVER). Alejar del calor. Agrega el bicarbonato de sodio. Vierta uniformemente sobre la mezcla de maíz inflado, revolviendo rápidamente para cubrir la mezcla de manera uniforme.

Hornee a 300° durante 12 a 15 minutos, revolviendo una vez a la mitad del tiempo de horneado. Levante el papel de aluminio del molde y déjelo enfriar por completo. Dividase en grupos. Guárdelo en un recipiente hermético hasta por 1 semana.

**BOLAS DE MANTEQUILLA DE MANÍ**

De la cocina de Pía

1 taza más 2 cucharadas de mantequilla de maní suave

1 barra más 2 cucharadas de margarina

1 caja de azúcar en polvo

Mezclar y formar bolitas pequeñas.

Derretir y sumergir las bolas a baño maría lo siguiente:

2 barras de chocolate grandes

1/2 barra de parafina

Dejar enfriar sobre papel encerado. Guárdelo en recipientes herméticos en un lugar fresco o en el refrigerador.

**BOLAS (O BARRAS) DE MANTEQUILLA DE MANÍ**

*7 a 8 docenas*

1 2/3 tazas de galletas Graham desmenuzadas O 1 manga de galletas Graham desmenuzadas

1 taza de mantequilla de maní crujiente

1/2 taza de mantequilla o margarina

6 a 12 oz de chispas de chocolate semidulce

2 tazas de azúcar glass

Combine las migas de galletas Graham y el azúcar. En una cacerola, derrita la mantequilla de maní y la mantequilla. Agregue la mezcla de migas y mezcle bien. Forme bolas de 1 pulgada con la masa y enfríe o presione uniformemente en un molde de 13 por 9.

Derrita 6 onzas de chocolate y cubra las bolas frías, colocándolas sobre papel encerado para que se endurezcan; O extiéndalo sobre la mezcla en el molde (necesitará las segundas 6 onzas de chocolate para cubrir las bolas).

Cuando la cobertura de chocolate se haya endurecido, córtela en barras de 1 pulgada. Guarde las barras o bolas bien tapadas o congélelas.

**CORTEZA DE MANTEQUILLA DE MANÍ**

Del templo

Derretir en un recipiente apto para microondas:

1 libra de mantequilla de maní suave o en trozos

1 libra de chocolate blanco

Vierta en una bandeja para hornear galletas forrada con papel encerado o en un molde para panecillos de gelatina. Mientras aún está caliente, vierte 6 oz de chispas de chocolate sobre la mezcla de mantequilla de maní derretida. Remueve el chocolate sobre la mezcla de mantequilla de maní con un cuchillo. Congele o enfríe hasta que esté firme. Cortar en cuadrados. Mantener la calma.

**FUDGE DE MANTEQUILLA DE MANÍ**

De la abuela Hilda Savoldi

3 tazas de azúcar

1/4 taza de jarabe de maíz

1 taza de leche

1/2 cucharadita de crémor tártaro

Cocine hasta que la bola esté suave y coloque la sartén en agua helada.

Agrega 1 cucharadita de vainilla y 1 taza de mantequilla de maní.

Vierta en un molde cuadrado de 8 pulgadas forrado con papel de aluminio y untado con papel de aluminio. Cortar cuando esté listo.

**CARAMELO**

De Eileen Savoldi

2 tazas de azúcar

1 taza de jarabe de maíz (ligero)

1/2 taza de agua

Mezcle y caliente a 300 °(o grieta dura) en una olla antiadherente. Agregue 1/2 cucharadita de saborizante y colorante alimentario de su elección. Vierta inmediatamente sobre una bandeja para hornear engrasada o forrada con papel de aluminio. Cuando esté frío, divídalo en trozos pequeños o en trozos del tamaño que prefiera.

**CAZUELAS**

**RELLENO DE PAN DE MAÍZ**

De la cocina de Pía

4 tazas de pan rallado

4 tazas de pan rallado de maíz

*(o use 8 tazas de pan rallado de maíz)*

1/2 taza de cebolla picada

1 taza de apio cortado en cubitos

1/4 cucharadita de salvia

1 1/2 cucharaditas de sal

1/2 cucharadita de pimienta

1/2 taza de mantequilla fría

1/4 taza de caldo de pollo o agua

2 huevos, ligeramente batidos

Combine el pan rallado, la cebolla, el apio, los condimentos y la mantequilla; mezclar bien. Agrega el agua y los huevos y mezcla ligeramente. Úselo como relleno para asados de corona de cerdo o aves. Rinde 7 tazas. También se puede hornear en cazuela durante 30 minutos a 350ºC °, tapado. NOTA: rocíe una fuente para hornear con aceite en aerosol o engrase ligeramente.

**RELLENO DE ARÁNDANO FESTIVO**

De la cocina de Pía

1 lata de caldo de pollo (14,5 oz)

pizca de pimienta

1 tallo de apio, picado

1/2 taza de arándanos frescos o congelados

1 cebolla pequeña, picada

4 tazas de mezcla de relleno sazonada con hierbas

Mezcle el caldo, el pimiento, el apio, los arándanos y la cebolla en una cacerola. Calienta hasta que hierva. Tapa y cocina a fuego lento durante 5 minutos o hasta que las verduras estén tiernas. Agregue el relleno y mezcle ligeramente. Sirve 5.

**CHOW MEIN AL HORNO**

De la cocina de Pía

1 libra de carne molida

2 tazas de apio cortado en cubitos

1/3 taza de salsa de soja

1 taza de cebolla picada

1 lata de crema de champiñones

1 taza de arroz crudo

1 lata (4 oz) de champiñones con jugo

2 tazas de agua hirviendo

Cocine la carne molida en una sartén y escurra la grasa. Mezcle todos los ingredientes y hornee en una fuente para hornear plana grande o en una cacerola de 2 tazas. Hornee a 300 °durante 2 horas o más, tapado. Servir con almendras fileteadas. Sirve de 8 a 10 porciones.

**POLLO CON CORTE SUPERIOR**

10 rebanadas de pan blanco, sin corteza

2 tazas de pollo cocido picado

1 taza de apio, en rodajas finas

2 tazas de queso cheddar rallado

1 taza de mayonesa

2 huevos, ligeramente batidos

½ cucharadita de sal

½ cucharadita de condimento para aves

1 ½ tazas de leche

Recorte la corteza del pan y reserve la corteza. Corta las rebanadas de pan en diagonal en triángulos y reserva. Corta la corteza reservada en cubos. Combine los cubos de pan, el pollo, el apio y 1 ¾ tazas de queso. Mezclar bien. Vierta en una fuente para hornear de 9 x 13 pulgadas. Coloca los triángulos de pan sobre la mezcla de pollo.

Combine bien la mayonesa, los huevos y los condimentos. Agregue gradualmente la leche, mezclando hasta que esté bien mezclada. Vierta sobre el pan y espolvoree con el queso restante. Cubra y refrigere por varias horas o toda la noche. Hornee descubierto a 375°C °durante 30 minutos. (Asegúrate de colocar la cacerola en un horno FRÍO y deja que se caliente gradualmente con el horno).

**GALLETAS**

**BISCOTTI**

De la nona Yolanda Cataldi

Rinde 3 docenas

2 barras de mantequilla o margarina

2 tazas de azúcar

7 huevos

4 tazas de harina

1 cucharadita de brandy o extracto de naranja

1 cucharadita de sal

4 cucharaditas de polvo para hornear

½ botella de extracto de anís

12/ nueces y/o pasas, o ambas

Batir la mantequilla y el azúcar. Agrega los huevos (uno a la vez) y bate bien. Agregue lentamente los ingredientes secos, las pasas y las nueces. Dependiendo del tamaño de los huevos utilizados, es posible que necesite agregar hasta ½ taza de harina adicional). Refrigere al menos 5 horas para facilitar su manipulación.

Enrolle en 3 o 4 panes largos y colóquelos en bandejas para hornear engrasadas. Unte con yema de huevo batido y hornee a 350F durante 15 a 20 minutos o hasta que estén dorados. Cuando esté frío, corte los panes en diagonal, en rodajas de ½ pulgada.

**GALLETAS DE TORTUGA DE MANTEQUILLA Y PECAN**

Rinde de 3 a 4 docenas

*Corteza:*

2 tazas de harina

2/3 taza de mantequilla

1 taza de azúcar moreno

*Capa de caramelo:*

1/2 taza de azúcar moreno

1/2 taza de mantequilla, ablandada

1 taza de mitades de nueces enteras

1 taza de chispas de chocolate con leche

Combine los ingredientes de la corteza y mezcle hasta que las partículas estén finas. Coloque firmemente en un molde sin engrasar de 13 x 9 x 2 pulgadas. Espolvoree las nueces de manera uniforme sobre la corteza sin hornear. Prepare una capa de caramelo y vierta uniformemente sobre las nueces y la corteza. Hornee a 350 °durante 18 a 22 minutos o hasta que toda la capa de caramelo esté burbujeante. Retirar del horno e inmediatamente espolvorear con chips. Deje que las virutas se derritan ligeramente y luego gírelas para crear un efecto veteado. No esparcir patatas fritas. Deje enfriar completamente antes de servir.

***Capa de caramelo:*** Combine el azúcar moreno y la mantequilla en una cacerola. Cocine a fuego medio revolviendo constantemente hasta que toda la superficie de la mezcla comience a hervir. Hierva de 1/2 a 1 minuto revolviendo constantemente; luego siga las instrucciones anteriores.

**BARRAS DE CHOCOLATE Y CARAMELO**

De la cocina de Pía

Derrita 1 barra de margarina en un molde para panecillos de gelatina.

Espolvorea lo siguiente uniformemente en la sartén:

1 taza de galletas graham trituradas

1 paquete de coco

1 paquete pequeño de chispas de chocolate

1 paquete pequeño de chips de caramelo

1 taza de nueces picadas

Rocíe 1 lata de leche Eagle Brand por encima. Hornear por 30 minutos a 350 °y cortar en cuadritos.

**RÁPIDOS DE CHOCOLATE**

De la cocina de Pía

2 tazas de azúcar

1 barra de margarina

1/2 taza de leche

3 cucharadas de cacao

Cocine los ingredientes anteriores hasta que el azúcar se disuelva.

Retirar del fuego y agregar:

1 cucharadita de vainilla,

1/2 taza de mantequilla de maní

3 tazas de avena (más si el clima es húmedo)

Mezclar bien y dejar caer de una cucharadita a papel encerado. Enfriar, comer y disfrutar.

**CIARDI**

De la nona Yolanda Cataldi

1 barra de mantequilla

1/2 botella de extracto de anís

1 1/2 taza de azúcar

2 1/2 cucharaditas de semillas de anís

4 huevos batidos

1 cucharada de brandy

4 tazas de harina

Una pizca de sal

Batir la mantequilla y el azúcar. Agrega los huevos y mezcla bien. Remueva con los ingredientes restantes. Hacer una bola del tamaño de una nuez y hornear en una plancha especial.

Una plancha Pizelle funcionará casi tan bien como la que tenía Nonna , porque su plancha ya no está disponible. El ciardi debe ser tan fino que cuando aún esté caliente se enrolle formando un tubo; y cuando esté frío quedará muy crujiente

**BISCOTTI DE ARÁNDANO Y CHOCOLATE**

De la cocina de Pía

2 1/2 tazas de harina

1 taza de azúcar

1/2 taza de arándanos secos

1/3 taza de chispas de chocolate

2 cucharaditas de polvo de hornear

1/8 cucharadita de sal

1 cucharada de aceite vegetal

1 cucharadita de extracto de almendras

1 cucharadita de extracto de vainilla

3 huevos grandes

Spray para cocinar

Precalentar el horno a 350 °. Combine la harina y los siguientes 5 ingredientes en un tazón grande. Combine aceite, extractos y huevos; agregue a la mezcla de harina revolviendo hasta que esté bien mezclado (la masa estará seca y quebradiza). Coloca la masa sobre una superficie ligeramente enharinada; amase ligeramente de 7 a 8 veces. Dividir por la mitad. Forme rollos de 8 pulgadas de largo con cada mitad. Coloque los panecillos a 6 pulgadas de distancia en una bandeja para hornear cubierta con aceite en aerosol; aplanar ligeramente. Hornea por 35 minutos. Retirar y enfriar. Corta cada rollo en diagonal en rodajas de 1/2 pulgada. Si lo deseas, colócalo en una bandeja para hornear; reduzca el horno a 325 °y hornee por 10 minutos. Voltee las galletas y hornee otros 10 minutos. Rinde 2 1/2 docenas.

*98 calorías cada uno; 1,8 g de grasa; 0,4 g de fibra.*

**BARRAS DE GALLETAS DE PAPÁ**

De la cocina de Tom

2 2/3 tazas de leche en polvo

2 tazas de puré de manzana (sin azúcar)

2 2/3 tazas de avena de cocción rápida

1 cucharada de vainilla

4 cucharadas de mantequilla de maní

4 paquetes dulces y bajos en azúcar

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1/2 taza de pasas

1/8 cucharadita de canela

1/8 cucharadita de nuez moscada

1/8 cucharadita de pimienta de Jamaica

Mezclar bien. Rocíe un molde de 9 x 13 pulgadas con aceite en aerosol. Hornee a 350 °por 20 minutos. Cortar antes de enfriar en 12 trozos. (NOTA: Cada pieza vale 2 puntos)

**JAN HAGEL (GALLETAS HOLANDESAS)**

De la cocina de Pía

1 taza de margarina blanda o mantequilla

1/2 cucharadita de canela

1 taza de azúcar

1 cucharada de agua

1 huevo, separado

1/2 taza de nueces, finamente picadas

2 tazas de harina

Precalentar el horno a 350 °. Engrase un molde para panecillos de gelatina de 15 x 10 x 1 pulgada. Mezclar la mantequilla, el azúcar y la yema de huevo. Mezcle la harina y la canela con la mezcla de mantequilla. Pat en la sartén. Batir el agua y la clara de huevo hasta que estén espumosas (no rígidas). Unte las claras espumosas sobre la masa y espolvoree con nueces. Hornee durante 20 a 25 minutos o hasta que esté ligeramente dorado. Córtelo inmediatamente en tiras estrechas de aproximadamente 3 pulgadas de largo y 1/2 pulgada de ancho.

Esta es una rica galleta navideña, ideal para regalar.

**GALLETAS FRANCESAS**

De la cocina de Pía

Crema juntos:

1 libra de margarina

1 taza de azúcar blanca

3 tazas de azúcar moreno

6 huevos

3 cucharadas de aceite

Agregue lentamente los ingredientes secos:

8 a 9 tazas de harina

4 cucharaditas de polvo para hornear

1/2 cucharadita de sal

4 cucharaditas de vainilla

Mezcle, cubra y refrigere la masa durante la noche (al menos 3 horas). Forme bolitas con la masa del tamaño de nueces. Hornee en una plancha para gofres "especial".

*Esta es la galleta navideña tradicional de nuestra familia. Lamentablemente ya no hemos podido localizar estas gofreras especiales. ¡Hace una gran cantidad de galletas!*

**GALLETAS FRANCESAS**

De Pia's Kitchen (De Pia y Tom Savoldi , Misioneros en Turquía, 2002-2004-ish)

Crema juntos:

1 libra de margarina

1 taza de azúcar blanca

3 tazas de azúcar moreno

6 huevos

3 cucharadas de aceite

Agregue lentamente los ingredientes secos:

8 a 9 tazas de harina

4 cucharaditas de polvo para hornear

1/2 cucharadita de sal

4 cucharaditas de vainilla

Mezcle, cubra y refrigere la masa durante la noche (al menos 3 horas). Forme bolitas con la masa del tamaño de nueces. Hornee en una plancha para gofres "especial".

*Esta es la galleta navideña tradicional de nuestra familia. Lamentablemente ya no hemos podido localizar estas gofreras especiales. ¡Hace una gran cantidad de galletas!*

**MIS BROWNIES FAVORITOS**

De la cocina de Pía

1/2 taza de manteca

1 taza de azúcar

2 (1 oz) cuadritos de chocolate sin azúcar

2 huevos

1 cucharadita de vainilla

3/4 taza de harina

1/2 cucharadita de polvo para hornear

1/2 cucharadita de sal

1 taza de nueces o pecanas rotas

Derrita la manteca vegetal y el chocolate a fuego muy lento, revolviendo constantemente; Frío. Los huevos beta hasta que estén suaves y esponjosos; agregue el azúcar, la mezcla de chocolate y la vainilla. Agregue los ingredientes secos, mezclando bien. Agrega nueces (opcional). Hornee en un molde engrasado de 8 x 8 x 2 pulgadas durante 30 a 35 minutos a 350 °.

*Esto hace un brownie tipo pastel. Normalmente duplico la receta y la horneo en un molde engrasado de 9 x 13 pulgadas.*

**GALLETAS CON CHIP DE CHOCOLATE SIN FALLA**

Rinde 3 docenas

1 taza de mantequilla Crisco (sin sustitutos)

3 tazas de harina

1 taza de azúcar blanca

1 cucharadita de sal

1/2 taza de azúcar moreno

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

2 cucharaditas de vainilla

1 paquete (12 oz) de chispas de chocolate

4 huevos

Batir el Crisco y los azúcares. Agrega la vainilla, los huevos y mezcla bien. Agregue harina, sal y refresco. Mezclar bien. Agrega las papas fritas. Deje caer cucharaditas en una bandeja para hornear sin engrasar. Hornee de 8 a 10 minutos a 350 °.

**NO HAY SUFICIENTES COOKIES**

De la cocina de Pía

1 taza de margarina

1/2 taza de mantequilla

1 paquete (4 oz) de queso crema

2 tazas de azúcar moreno

4 huevos

2 cucharaditas de vainilla

4 tazas de harina

5 tazas de avena a la antigua

1 cucharadita de sal

2 cucharaditas de bicarbonato de sodio

2 cucharaditas de polvo de hornear

3 tazas de chispas de chocolate semidulce

1 taza de nueces picadas

Precaliente el horno a 375 °. Combine la margarina, la mantequilla, el queso crema, el azúcar morena, los huevos y la vainilla en un tazón. Batir durante 2 minutos a velocidad media, raspando el recipiente con frecuencia. Agregue los ingredientes secos y mezcle bien para formar una masa firme. Agregue las chispas de chocolate y las nueces picadas.

Forme bolas con la masa del tamaño de una pelota de golf. Hornee una docena a la vez en una bandeja para hornear sin engrasar de 14 x 17 pulgadas durante 8 o 9 minutos. Las galletas quedarán ligeramente húmedas por encima. Mueva inmediatamente las galletas a una rejilla para enfriar. ¡Rinde 5 docenas (¡NO SUFICIENTE!) de galletas!

## GALLETAS CON CHIP DE CHOCOLATE ORIGINALES DE TOLL HOUSE

Precalienta el horno a 375 grados.

*Mezcle o tamice en un tazón pequeño:*

2 ¼ tazas de harina

1 cucharadita de sal

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

*Batir juntos en un tazón grande:*

1 taza de mantequilla blanda

¾ taza de azúcar blanca

¾ taza de azúcar moreno

1 cucharadita de vainilla

*Agregue a la mezcla de crema, 1 vez:*

2 huevos

*Lentamente, agregue la mezcla de harina a la mezcla de crema, mezclando bien. Agregar:*

1 taza de nueces picadas

2 tazas de chispas de chocolate

Llene una cucharadita con masa y colóquela en una bandeja para hornear sin engrasar. Hornee durante 9 a 11 minutos o hasta que estén doradas (las galletas estarán suaves y esponjosas cuando las saque del horno. Déjelas reposar en la bandeja para hornear durante 2 minutos antes de retirarlas. Coloque las galletas sobre una rejilla (o sobre un periódico o una toalla limpia). ) para que se enfríe. Rinde 5 docenas de galletas.

**GALLETAS DE CHOCOLATE CON CHIPS DE MANTEQUILLA DE MANÍ DE REESE**

1 taza de margarina

2/3 taza de cacao

1 1/2 tazas de azúcar

3/4 cucharadita de bicarbonato de sodio

2 huevos

1/2 cucharadita de sal

2 cucharaditas de vainilla

2 tazas (paquete de 12 oz) de chips de mantequilla de maní

2 tazas de harina

Batir la margarina, el azúcar, los huevos y la vainilla hasta que esté suave y esponjoso. Combine la harina, el cacao, el bicarbonato de sodio y la sal; agregue a la mezcla de crema. Agregue los chips de mantequilla de maní. Enfríe hasta que esté lo suficientemente firme como para manipularlo.

Forme bolas de 1 pulgada con la masa. Colóquelo en una bandeja para hornear sin engrasar y aplánelo ligeramente con un tenedor. Hornee a 350 °durante 8 a 10 minutos. Deje enfriar 1 minuto antes de retirarlo de la bandeja para hornear. Rinde alrededor de 6 docenas de galletas.

**BISCOTTI SNICKERDOODLE**

De la cocina de Pía

2 3/4 tazas de harina

1 taza de azúcar

2 cucharaditas de polvo de hornear

1/4 cucharadita de sal

1 cucharada de aceite vegetal

1 cucharadita de extracto de vainilla

3 huevos grandes

Spray para cocinar

2 cucharadas de azúcar

1 cucharadita de canela molida

1 clara de huevo grande

Precalentar el horno a 350 °. Combine la harina, 1 taza de azúcar, el polvo para hornear y la sal en un tazón grande. Combine el aceite, la vainilla y los huevos; agregue a la mezcla de harina revolviendo hasta que esté bien mezclado (la masa estará seca y quebradiza). Coloca la masa sobre una superficie ligeramente enharinada; amase ligeramente de 7 a 8 veces. Dividir por la mitad. Forme rollos de 8 pulgadas de largo con cada mitad. Coloque los panecillos a 6 pulgadas de distancia en una bandeja para hornear cubierta con aceite en aerosol; aplanar ligeramente. Combine 2 cucharadas de azúcar y canela. Unte suavemente la parte superior de los panecillos con clara de huevo y espolvoree con la mezcla de canela. Hornea por 30 minutos. Retirar y enfriar 10 minutos. Corta cada rollo en diagonal en rodajas de 1/2 pulgada. Si lo deseas, colócalo en una bandeja para hornear; reduzca el horno a 325 °y hornee por 10 minutos. Voltee las galletas y hornee otros 10 minutos. Rinde 2 1/2 docenas. 84 calorías cada uno; 1,2 g de grasa; 0,4 g de fibra.

**GALLETAS CON CHIP DE CHOCOLATE DEL TEMPLO**

Crema juntos:

1 taza de manteca

1 taza de azúcar blanca

1/2 taza de azúcar moreno

2 huevos

2 cucharaditas de vainilla

Agregue lentamente los ingredientes secos:

2 tazas de harina

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 cucharadita de sal

1 taza de nueces (opcional)

1 taza (6 onzas) de chispas de chocolate

cucharadas grandes del tamaño de una cucharada en bandejas para hornear sin engrasar. Hornee a 350 °por 9 minutos. Retirar de las bandejas para galletas mientras esté ligeramente tibio (después de aproximadamente 1 a 2 minutos).

**LAS FLORES DE MANÍ DE TERRI**

De Terri Foye

*3 docenas*

*TAMIZAR JUNTOS:*

1 3/4 tazas de harina

1/2 taza de mantequilla

1 cucharadita de refresco

*CREMA JUNTOS:*

1/3 taza de mantequilla de maní

1/2 cucharadita de sal

1/2 taza de azúcar

1/2 taza de azúcar moreno

*AGREGAR:*

1 huevo sin batir

1 cucharadita de vainilla

*MEZCLAR CON:* los ingredientes secos

FORMA: masa en bolitas. Enrolle las bolas en azúcar y colóquelas en una bandeja para hornear engrasada.

HORNEAR a 375° durante 8 minutos. Retirar del horno. Cubra cada una con un Hershey Kiss, presionando firmemente hacia abajo para que la galleta se rompa alrededor del borde. Regrese al horno de 2 a 5 minutos o hasta que estén dorados.

**GALLETAS DE VAQUERO DE TEXAS**

Rinde de 6 a 13 docenas de galletas

*Crema juntos:*

1 1/2 taza de margarina, ablandada

1 1/2 taza de azúcar

1 1/2 taza de azúcar morena, envasada

*Agregar:*

3 huevos

1 cucharada de polvo para hornear

1 cucharada de vainilla

1 cucharada de bicarbonato de sodio

1 cucharadita de sal

1 cucharada de canela

3 tazas de harina

*Mezclar bien y luego agregar:*

3 tazas de chispas de chocolate

3 tazas de avena a la antigua

2 tazas de nueces picadas

2 tazas de coco rallado endulzado

Coloque 2 cucharadas de masa para galletas en bandejas para galletas sin engrasar. Hornee durante 17 a 20 minutos en un °horno precalentado a 350. Para galletas más pequeñas, use 1 cucharadita colmada de masa para galletas y hornee durante 15 a 18 minutos.

**BARRAS DE CHIP DE CHOCOLATE INTEGRAL**

De la cocina de Pía

1/2 taza de margarina

1 cucharadita de sal

1 taza de aceite

2 tazas de harina integral

2 tazas de azúcar moreno

2 tazas de avena rápida

4 huevos

1 taza de nueces

1 cucharadita de vainilla

1 taza de chispas de chocolate

Batir la margarina, el aceite, el azúcar y los huevos. Luego agregue los ingredientes secos y mezcle bien. Hornee en un molde engrasado de 9 x 13 pulgadas a 350 °durante 30 minutos.

[manzana pasas crujiente](#appleraisincrunch)

[frijoles indios](#indianabeans)

[pollo Cacciatore](#chickencacciatore)

CRUJIENTE DE MANZANA Y PASAS

Rinde 6 porciones

*Un postre delicioso para tener esperando al llegar a casa.*

6 rebanadas de pan blanco

1 taza de leche

3 cucharadas de mantequilla o margarina

3 huevos

½ taza de azúcar granulada

1 taza de manzana pelada y cortada en cubitos

2/3 taza de pasas sin semillas

¼ cucharadita de canela molida

¼ cucharadita de nuez moscada molida

¼ cucharadita de sal

1/3 taza de azúcar moreno claro bien compactado

1. Tuesta el pan ligeramente; córtelo en cubos de ½ pulgada; colocar en una olla de barro.
2. Caliente la leche lentamente con mantequilla o margarina en una cacerola mediana hasta que la mantequilla o margarina se derrita. Vierta sobre los cubitos de pan; dejar reposar ½ hora.
3. Batir los huevos hasta que espese en un tazón mediano; agregue el azúcar granulada, la manzana, las pasas, la canela, la nuez moscada y la sal. Vierta sobre la mezcla de pan y luego incorpore; espolvorea azúcar morena por encima.
4. Cocine a fuego lento durante 4 horas o hasta que las manzanas estén tiernas. Vierta en platos de postre; servir caliente con nata, nata montada o helado.

FRIJOLES INDIANA

Rinde 8 porciones.

*Gran plato abundante de frijoles del Medio Oeste.*

1 libra de frijoles blancos secos o del Gran Norte

6 tazas de agua

2 cucharaditas de sal

2 cucharadas de aceite vegetal

1 cebolla grande, picada (1 taza)

½ taza de melaza clara o ½ taza de azúcar moreno oscuro

½ taza de salsa de chile

¼ taza de mostaza preparada

1. Recoja los frijoles y enjuáguelos con agua corriente. Combine los frijoles y el agua en una tetera grande. Llevar a ebullición; cubra la tetera; hervir 2 minutos; Retírelo del calor; dejar reposar 1 hora; Agregue sal. (O remoje los frijoles en agua en una olla de cocción lenta durante la noche a temperatura ambiente).
2. Calienta el aceite en una sartén mediana; saltee la cebolla hasta que esté suave; agregue la melaza, la salsa picante y la mostaza; llevar a ebullición.
3. Escurrir los frijoles y reservar el líquido. Combine la mezcla de frijoles y cebolla en una olla de barro; agregue suficiente líquido reservado para cubrir los frijoles; cubra la cocina.
4. Cocine a temperatura baja durante 10 horas o a temperatura alta durante 5 horas, o hasta que los frijoles estén muy tiernos. Sirva con rebanadas de queso picante sobre pan casero.

POLLO CACCIATORE

Rinde 6 porciones.

*Esta es una versión americana de un gran plato italiano.*

2 freidoras cortadas (aproximadamente 2 ½ libras cada una)

1/3 taza de harina para todo uso

2 cucharaditas de sal

¼ de cucharadita de pimienta recién molida

1 cebolla grande, picada (1 taza)

2 dientes de ajo, picados

¼ taza de aceite de oliva o aceite vegetal

2 pimientos verdes grandes, partidos por la mitad, sin semillas y cortados en trozos

½ taza de vino blanco seco (el vino para cocinar también funciona)

1 lata de tomates italianos (1 libra, 1 onza)

1. Agite los trozos de pollo en una mezcla de harina, sal y pimienta en una bolsa de plástico.
2. Saltee la cebolla y el ajo en 2 cucharadas de aceite hasta que estén suaves en una sartén grande. Retirar con una espumadera y reservar.
3. Dore el pollo, unos cuantos trozos a la vez, agregando el aceite restante según sea necesario; retirar y reservar. Saltee los pimientos con la grasa hasta que estén suaves; agregue el vino; llevar a ebullición, revolviendo constantemente. Regrese la cebolla y el ajo a la sartén; agregue los tomates.
4. Coloca el pollo en la olla de cocción lenta; vierta la salsa sobre el pollo; cubrir.
5. Cocine a temperatura baja durante 8 horas o a temperatura alta durante 4 horas. Espolvorea con perejil picado, si lo deseas. Sirva con linguini o espaguetis finos. (O, si quieres ser realmente auténtico, sírvelo con polenta - papilla de harina de maíz)

**POSTRES**

**PIZZA DE POSTRE**

Desde Crawfordsville Ward

1 paquete (20 oz) de masa para galletas de azúcar

1 paquete de pudín instantáneo de vainilla

1 1/4 taza de leche

1/4 cucharadita de extracto de almendras

Frutas en rodajas: kiwi, melocotones, arándanos, fresas, cerezas.

Rocíe un molde para pizza redondo de 12 o 14 pulgadas con aceite en aerosol. Extienda la masa sobre el molde con las manos enharinadas. Hornee las galletas a 350 °durante unos 10 a 15 minutos. Enfríe la galleta sobre rejillas (déjela en el molde hasta que esté completamente fría o se romperá).

Coloque la galleta en un plato.

Mezcla el pudín con 1 1/4 tazas de leche y extracto de almendras. Unte el pudín sobre la galleta.

Coloque las rodajas de fruta encima del pudín. Refrigere al menos 1 hora antes de servir.

**NATILLA**

De la cocina de Pía

6 yemas de huevo

6 cucharadas de azúcar

1 taza de leche

1 taza media y media crema

1 trozo pequeño de ralladura de limón

Batir el azúcar y los huevos, luego agregar la nata, la leche y el limón. Cocine a baño maría hasta que la crema esté firme. Vierta en un recipiente de vidrio o en tazones individuales.

**TORTA ESPONJA DE PIÑA**

De la cocina de Pía

*Combine lo siguiente y presione en un plato de 11 x 7 x 2 pulgadas. Hornee a 325 °durante 10 minutos:*

1 1/2 tazas de galletas Graham molidas

1/4 taza de margarina derretida

2 cucharadas de azúcar

*Disolver y enfriar durante 1 1/2 horas:*

1 paquete (3 oz) de gelatina de limón

1 taza de agua hirviendo

*Enfríe lo siguiente durante 1 1/2 horas:*

1 lata de leche evaporada

*Batir hasta que quede suave:*

1 paquete (8 oz) de queso crema

1/2 taza de azúcar

*Agregue la mezcla de queso crema a la mezcla de gelatina ; agregue también:*

1 lata de piña triturada, escurrida

1 taza de nueces picadas

(reserva algo)

*Batir la leche evaporada hasta que se formen picos rígidos. Incorpora la mezcla de leche a la gelatina , el queso crema y la mezcla de piña. Vierta sobre la base horneada y enfriada. Enfríe al menos 3 horas o toda la noche. Espolvorea con las nueces reservadas. Rinde 12 porciones.*

**S'MORES DE INTERIOR**

De la cocina de Pía

1/3 taza de jarabe de maíz ligero

1/2 cucharadita de vainilla

1 cucharada de mantequilla o margarina

4 tazas de cereal graham square

1 paquete (5,75 oz) de chispas de chocolate

1 1/2 tazas de miniatura

Malvaviscos

Molde cuadrado para mantequilla, 9 x 9 x 2 pulgadas. Calentar el almíbar de maíz y mejor hasta que hierva en una cacerola; Retírelo del calor. Agregue las chispas de chocolate y la vainilla revolviendo hasta que el chocolate se derrita. Incorpora el cereal gradualmente hasta que esté completamente cubierto con chocolate. Incorpora los malvaviscos. Coloque la mezcla de cereal en un molde y presione con el dorso de una cuchara untada con mantequilla. Deje reposar a temperatura ambiente al menos 1 hora antes de cortarlo en barras. Rinde unas 24 barras.

**TRIFLE DE FRAMBUESA**

De la cocina de Pía

Sirve 8 - 10

1 paquete (16 oz) de bizcocho, cortado en 18 rebanadas o use 2 paquetes (3 oz) de bizcochos

2 paquetes (3,4 oz) de pudín de vainilla instantáneo

1 frasco (18 oz) de mermelada de frambuesa

1 1/2 pintas de frambuesas frescas

Crema batida

1. Coloque 1/3 del pastel en rodajas o bizcochos en el fondo de un plato pequeño o un tazón grande. Prepare el pudín según las instrucciones del paquete.
2. Coloque 1/3 más de los trozos de pastel dentro del tazón usando la mitad del pudín para mantenerlos en su lugar.
3. Mezcle suavemente la mermelada y las frambuesas; vierta la mitad sobre el pudín. Cubrir con los trozos de pastel restantes.
4. Coloque capas sobre el resto del pudín y la mezcla de frambuesa.
5. Enfriar. Adorne con crema batida y frambuesas frescas.

CRUJIENTE DE MANZANA Y PASAS

Rinde 6 porciones

*Un postre delicioso para tener esperando al llegar a casa.*

6 rebanadas de pan blanco

1 taza de leche

3 cucharadas de mantequilla o margarina

3 huevos

½ taza de azúcar granulada

1 taza de manzana pelada y cortada en cubitos

2/3 taza de pasas sin semillas

¼ cucharadita de canela molida

¼ cucharadita de nuez moscada molida

¼ cucharadita de sal

1/3 taza de azúcar moreno claro bien compactado

Tuesta el pan ligeramente; córtelo en cubos de ½ pulgada; colocar en una olla de barro.

Caliente la leche lentamente con mantequilla o margarina en una cacerola mediana hasta que la mantequilla o margarina se derrita. Vierta sobre los cubitos de pan; dejar reposar ½ hora.

Batir los huevos hasta que espese en un tazón mediano; agregue el azúcar granulada, la manzana, las pasas, la canela, la nuez moscada y la sal. Vierta sobre la mezcla de pan y luego incorpore; espolvorea azúcar morena por encima.

Cocine a fuego lento durante 4 horas o hasta que las manzanas estén tiernas. Vierta en platos de postre; servir caliente con nata, nata montada o helado.

**HUEVOS**

**QUICHE DE SALCHICHA FÁCIL**

De la cocina de Pía

6 rebanadas de pan, sin corteza

1 libra de salchicha de pavo

1 cucharadita de mostaza

1 taza de queso suizo rallado

3 huevos

2 tazas de leche

1 cucharadita de salsa inglesa

Coloque el pan en un molde engrasado de 9 x 13 pulgadas. Dore la salchicha, escurra la grasa; agregue mostaza y vierta encima del pan. Espolvorea queso encima de la carne. Combine los ingredientes restantes y vierta por encima. Hornee a 350 °durante 25 a 30 minutos o hasta que esté inflado y firme.

**HUEVOS REVILADOS MEXICANOS**

De la cocina de Pía

8 huevos duros

2 cucharadas de cebolla verde en rodajas

1/2 taza de queso cheddar rallado

1 cucharada de crema agria

1/4 taza de mayonesa

sal al gusto

1/4 taza de salsa

Corta cada huevo por la mitad a lo largo y retira las yemas. Triture las yemas de huevo con queso, mayonesa, salsa, cebolla, crema agria y sal. Usando dos cucharaditas para hacer la transferencia, coloque la mezcla de yema de huevo en las claras. Enfriar y servir.

**MIS HUEVOS DIABLOS**

De la cocina de Pía

6 huevos duros

1/4 taza de aderezo para ensalada o mayonesa

1 cucharadita de vinagre

1 cucharadita de mostaza preparada

1/2 cucharadita de sal

pizca de pimienta

Reduzca a la mitad los huevos duros a lo largo; retire las yemas y tritúrelas con un tenedor. Mezclar con el resto de los ingredientes y rellenar las claras. Espolvorea con pimentón (opcional).

Otras adiciones podrían incluir: rábano picante, perejil, cebollino picado, tocino cocido picado.

**PEZ**

**CAZUELA DE ATÚN ORIENTAL**

Desde Crawfordsville Branch

1 paquete (6 oz) de vainas de guisantes congeladas

1 taza de bisquick

1 lata (8 z) de castañas de agua, en rodajas

1/4 taza de leche

1 lata (10,5 oz) de crema de champiñones

3 cucharadas de agua fría

2 latas (6,5 oz) de atún, escurrido

2 cucharaditas de salsa de soja

1/2 taza de cebollas verdes en rodajas

1 cucharada de margarina, derretida

1/2 taza de apio en rodajas

2 cucharaditas de semillas de sésamo

Enjuague las vainas de guisantes con agua y escúrralas. Mezcle las vainas, la sopa, la leche, el atún, la cebolla, el apio y las castañas y vierta en una cacerola de 3 cuartos. Calentar hasta que hierva. Mezcle Bisquick , agua y salsa de soja hasta que la masa esté suave y bien mezclada. Enrolle y corte en cuadrados de 1 pulgada. Vierta la mezcla de atún en una cacerola untada con mantequilla de 1 1/2 cuarto. Cubra con cuadritos de masa y unte con margarina derretida. Espolvorea con semillas de sésamo. Hornee hasta que esté dorado durante 15 minutos a 425 °. Para 6.

**BACALAO AL AJO AL ROMERO**

De la cocina de Pía

1/4 taza de caldo de pollo

4 dientes de ajo, picados

1 cucharada de romero fresco, picado

1/2 cucharadita de mostaza seca molida

1 cucharada de salsa de soja

vinagre de vino blanco

1 libra de filetes de bacalao (fletán o pargo)

1. Calienta el caldo hasta que hierva. Cocine el ajo en caldo. Agregue el romero, la mostaza y la salsa de soja. Retire del fuego y agregue el vinagre; Frío.
2. Coloque el pescado en un plato poco profundo que no sea de metal. Vierta la marinada sobre el pescado. Refrigere por no más de 24 horas.
3. Rocíe la parrilla con aceite vegetal. Calienta a fuego medio. Retire el pescado de la marinada. Cubra y ase el pescado a fuego medio durante 8 a 12 minutos, volteándolo una vez. El pescado debe desmenuzarse fácilmente con un tenedor. Para 4 personas.

**CREMA**

**GLASEADO DE CHOCOLATE**

De la cocina de Pía

1/4 taza de margarina, ablandada

1/2 taza de cacao

1/4 cucharadita de sal

1/3 taza de leche

1 1/2 cucharaditas de vainilla

3 1/2 tazas de azúcar en polvo

Combine la manteca derretida, el cacao y la sal; luego agregue la leche y la vainilla. Agregue el azúcar en 3 partes, mezclando hasta que quede suave y cremoso cada vez. Agregue más azúcar para espesar o leche para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**HELADO CREMOSO DE CHOCOLATE**

De la cocina de Pía

1/2 taza de margarina, ablandada

4 tazas de azúcar en polvo

1 huevo

1 cucharadita de vainilla

1/2 taza de cacao

1/3 taza de leche

1/4 cucharadita de sal

Licuar la margarina, el huevo, el cacao y la sal. Agrega el azúcar alternativamente con la leche y la vainilla, mezclando hasta que quede suave y cremoso después de cada adición. Agregue más azúcar para espesar o leche para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**HELADO DE NARANJA**

De la cocina de Pía

1/3 taza de margarina, ablandada

3 1/2 tazas de azúcar en polvo

2 cucharadas de jarabe de maíz

1 cucharada de piel de naranja rallada

1/4 cucharadita de sal

1/4 taza de jugo de naranja

Licue la margarina, el jarabe de maíz, la sal, 1 taza de azúcar en polvo y la cáscara de naranja. Agregue el azúcar restante y el jugo de naranja alternativamente, mezclando hasta que quede suave y cremoso después de cada adición. Agregue más azúcar para espesar o jugo para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**HELADO DE FUDGE RÁPIDO**

De la cocina de Pía

*Rinde suficiente para un molde de 13 x 9 pulgadas o para capas de 2 a 8 o 9 pulgadas*

1 1/2 cucharadas de mantequilla, ablandada

2/3 taza de azúcar en polvo

1 cucharada de leche

1/4 cucharadita de vainilla

1 1/2 taza de cacao

Licue todos los ingredientes hasta que quede suave. Unte sobre pasteles calientes del horno: se extiende maravillosamente. Esta receta no funciona bien para un pastel de capas, ya que los hot cakes se separarán.

**HELADO DE VAINILLA**

De la cocina de Pía

1/4 taza de margarina, ablandada

1/2 cucharadita de sal

1/4 taza de leche

2 cucharaditas de vainilla

3 tazas de azúcar en polvo

Combine la manteca derretida, la sal, la vainilla y aproximadamente 1/3 del azúcar en polvo. Agregue la leche y el azúcar restante alternativamente, mezclando hasta que quede suave y cremoso. Agregue más azúcar para espesar o leche para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**CREMA**

**GLASEADO DE CHOCOLATE**

De la cocina de Pía

1/4 taza de margarina, ablandada

1/2 taza de cacao

1/4 cucharadita de sal

1/3 taza de leche

1 1/2 cucharaditas de vainilla

3 1/2 tazas de azúcar en polvo

Combine la manteca derretida, el cacao y la sal; luego agregue la leche y la vainilla. Agregue el azúcar en 3 partes, mezclando hasta que quede suave y cremoso cada vez. Agregue más azúcar para espesar o leche para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**HELADO CREMOSO DE CHOCOLATE**

De la cocina de Pía

1/2 taza de margarina, ablandada

4 tazas de azúcar en polvo

1 huevo

1 cucharadita de vainilla

1/2 taza de cacao

1/3 taza de leche

1/4 cucharadita de sal

Licuar la margarina, el huevo, el cacao y la sal. Agrega el azúcar alternativamente con la leche y la vainilla, mezclando hasta que quede suave y cremoso después de cada adición. Agregue más azúcar para espesar o leche para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**HELADO DE NARANJA**

De la cocina de Pía

1/3 taza de margarina, ablandada

3 1/2 tazas de azúcar en polvo

2 cucharadas de jarabe de maíz

1 cucharada de piel de naranja rallada

1/4 cucharadita de sal

1/4 taza de jugo de naranja

Licue la margarina, el jarabe de maíz, la sal, 1 taza de azúcar en polvo y la cáscara de naranja. Agregue el azúcar restante y el jugo de naranja alternativamente, mezclando hasta que quede suave y cremoso después de cada adición. Agregue más azúcar para espesar o jugo para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**HELADO DE FUDGE RÁPIDO**

De la cocina de Pía

*Rinde suficiente para un molde de 13 x 9 pulgadas o para capas de 2 a 8 o 9 pulgadas*

1 1/2 cucharadas de mantequilla, ablandada

2/3 taza de azúcar en polvo

1 cucharada de leche

1/4 cucharadita de vainilla

1 1/2 taza de cacao

Licue todos los ingredientes hasta que quede suave. Unte sobre pasteles calientes del horno: se extiende maravillosamente. Esta receta no funciona bien para un pastel de capas, ya que los hot cakes se separarán.

**HELADO DE VAINILLA**

De la cocina de Pía

1/4 taza de margarina, ablandada

1/2 cucharadita de sal

1/4 taza de leche

2 cucharaditas de vainilla

3 tazas de azúcar en polvo

Combine la manteca derretida, la sal, la vainilla y aproximadamente 1/3 del azúcar en polvo. Agregue la leche y el azúcar restante alternativamente, mezclando hasta que quede suave y cremoso. Agregue más azúcar para espesar o leche para diluir hasta obtener una consistencia untable.

**MERMELADA**

**MERMELADA DE FRESA CONGELADORA**

De la cocina de Pía

Agregue azúcar a las bayas y mezcle bien:

2 tazas de puré de fresas

4 tazas de azúcar

Combine en una cacerola y deje hervir. Hervir 1 minuto:

3/4 taza de agua

1 paquete de gelatina segura

Retire del fuego y agregue la mezcla de frutos rojos. Continúe revolviendo durante 3 minutos. Deje reposar en frascos con tapa durante 24 horas. Apriete las tapas y colóquelas en el congelador.

**PASTA**

**CAZUELA DE PASTA AL HORNO**

Rinde de 12 a 15 porciones

1 paquete (1 libra ) de Ziti, Rotini o Mostaccioli, cocidos y escurridos

1 libra de salchicha o carne molida, cocida y escurrida

2 frascos (26 oz) de salsa para pasta, a base de tomate

4 tazas de queso mozzarella, rallado

Precalentar el horno a 350 °. Combine la pasta, la carne, la salsa y 2 tazas de queso; mezclar bien. Conviértalo en un molde engrasado de 13 x 9 pulgadas. Cubrir con papel aluminio y hornear por 45 minutos.

Destape y cubra con el queso restante y el perejil picado (opcional). Hornee 10 minutos más sin tapar o hasta que el queso se derrita.

**CONCHAS RELLENAS DE BRÓCOLI**

Para 4 personas

1 cucharada de margarina

1 taza de queso Jack rallado

1/4 taza de cebolla picada

20 conchas de pasta gigantes

1 taza de queso ricota

1 lata de tomates triturados (28 oz)

1 huevo

1 paquete de mezcla ranchera

1/4 taza de queso parmesano

2 tazas de brócoli cocido picado o 1 paquete (10 oz) congelado, descongelado y escurrido

Derretir la margarina; añade cebolla y cocina hasta que esté tierno. Fresco. En un tazón mezcle la ricota y el huevo; agregue el brócoli y el queso Jack. Cocine la pasta 10 minutos. Enjuague con agua fría. Escurrir y rellenar cada cáscara con 2 cucharadas de la mezcla de brócoli. En un tazón mezcle los tomates, las cebollas salteadas y la mezcla de aderezo para ensalada. Vierta 1/3 de la mezcla en una fuente para hornear. Coloca las conchas en la salsa. Vierta la salsa restante encima y espolvoree con queso parmesano. Hornee tapado durante 30 minutos a 350 °.

**ENSALADA CREMOSA DE PASTA ITALIANA**

Rinde 6 porciones

*Mezclar bien:*

1 taza de mayonesa

2 cucharadas de vinagre de vino tinto

1 diente de ajo, picado

1 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

*Mezclar todo junto:*

1 1/2 tazas de pasta, cocida, enjuagada y escurrida

1 taza de tomates cherry

1/2 taza de pimiento verde, picado

1/2 taza de aceitunas maduras, en rodajas

Agregue el aderezo a la mezcla de pasta, mezcle bien y enfríe.

**FETTUCCINI PRIMEAVERA**

Para 4 personas

Salsa:

1/2 barra de mantequilla o margarina

1/3 paquete. Queso crema

1/4 taza de crema agria

1 huevo

1/4 taza de queso parmesano

3/4 taza de leche

A fuego lento, derrita la mantequilla, el queso crema y la crema agria. Agrega el huevo batido. Revuelva bien. Agrega el queso y la leche. La consistencia debe ser como la de una sopa cremosa. Agregue pequeñas cantidades de leche si es necesario. Agrega sal de ajo, perejil y pimienta al gusto. Agregue verduras recién cortadas. Sirva sobre o mezcle con fideos. Las cantidades varían según se desee.

**FETTUCCINE ALFREDO CON BRÓCOLI Y TOMATES**

Para 4 personas

12 onzas de fetuccini

3 tazas de floretes de brócoli

1 taza de crema agria o yogur natural

3/4 taza de queso parmesano rallado

1 1/3 taza de tomates pequeños cortados en cuartos (cherry o roma)

Cocine los fideos y el brócoli hasta que estén tiernos. Escurrir, reservando 1/3 de taza de líquido. Mezcla la crema agria o el yogur con el queso y el líquido reservado. Calienta hasta que esté bien mezclado. Mezclar con pasta, brócoli y tomates cherry.

**RAVIOLIS DE DENTRO FUERA**

De la cocina de Pía

1 libra de carne molida

pizca de pimienta

1 cebolla mediana, picada

1 taza de queso picante rallado

1 diente de ajo, picado

1 cucharada de aceite

1 paquete (10 oz) de espinacas picadas congeladas

1 lata (1 libra ) de salsa para espaguetis

1/2 taza de pan rallado suave

1 lata (8 oz) de salsa de tomate

1/4 taza de aceite para ensalada

1/2 cucharadita de sal

1 paquete (7 oz) de macarrones con cáscara o codo, cocidos

Dore la carne, la cebolla y el ajo en aceite. Cocine las espinacas según las instrucciones del paquete; escurrir reservando el líquido. Agregue agua al líquido para hacer 1 taza. Agrega el líquido de espinacas a la salsa para espaguetis, agrega la salsa de tomate y los condimentos. Cocine a fuego lento durante 10 minutos. Combine las espinacas con el pan rallado, 1/4 taza de aceite y los fideos. Extienda en una fuente para hornear de 13 x 9 pulgadas. Cubra con salsa de carne. Hornee a 350 °por 30 minutos. Dejar reposar 10 minutos antes de servir. Rinde de 8 a 10 porciones

**RAVIOLIS DE DENTRO FUERA**

De la cocina de Pía

1 libra de carne molida

pizca de pimienta

1 cebolla mediana, picada

1 taza de queso picante rallado

1 diente de ajo, picado

1 cucharada de aceite

1 paquete (10 oz) de espinacas picadas congeladas

1 lata (1 libra ) de salsa para espaguetis

1/2 taza de pan rallado suave

1 lata (8 oz) de salsa de tomate

1/4 taza de aceite para ensalada

1/2 cucharadita de sal

1 paquete (7 oz) de macarrones con cáscara o codo, cocidos

Dore la carne, la cebolla y el ajo en aceite. Cocine las espinacas según las instrucciones del paquete; escurrir reservando el líquido. Agregue agua al líquido para hacer 1 taza. Agrega el líquido de espinacas a la salsa para espaguetis, agrega la salsa de tomate y los condimentos. Cocine a fuego lento durante 10 minutos. Combine las espinacas con el pan rallado, 1/4 taza de aceite y los fideos. Extienda en una fuente para hornear de 13 x 9 pulgadas. Cubra con salsa de carne. Hornee a 350 °por 30 minutos. Dejar reposar 10 minutos antes de servir. Rinde de 8 a 10 porciones

**LASAÑA DEL DÍA PEREZOSO**

Para 6

1 recipiente (12 oz) de requesón

2 huevos

2 tazas de queso mozzarella rallado

1/3 taza de perejil picado

1 cucharadita de cebolla en polvo

1/2 cucharadita de hojas secas de albahaca

1/8 cucharadita de pimienta

1 frasco (32 oz) de salsa para espaguetis

3/4 libra de carne molida cocida

9 fideos de lasaña crudos

1/4 taza de agua

Queso parmesano rallado

En un tazón grande mezcle el requesón, la mozzarella, los huevos, la cebolla en polvo, el perejil, la albahaca y la pimienta. En un tazón mediano, mezcle la salsa para espaguetis y la carne molida cocida. En una fuente para hornear de 12 x 8 x 2 pulgadas, esparza 3/4 taza de salsa de carne en el fondo. Coloque 3 fideos crudos sobre la salsa de carne. Unte con la mitad de la mezcla de requesón y 1 1/2 tazas de salsa de carne. Coloque capas de 3 fideos crudos más encima; unte con la mezcla restante de requesón. Cubra con los 3 fideos crudos restantes y la salsa de carne restante. Vierte agua por los bordes de la cazuela. Cubra bien con papel de aluminio y hornee a 375 °durante 45 minutos. Destape y hornee por 15 minutos más. Dejar reposar 10 minutos antes de servir. Servir con queso parmesano.

**FOLGIO DEL'MANICOTTI**

De la nona Yolanda Cataldi

(Masa Manicotti)

Harina, según sea necesario

3 huevos

1 taza de leche

Pizca de sal

1 taza de aceite de oliva

Apile unas 4 tazas de harina sobre una tabla de repostería y haga un "pozo" en el centro. Poner en el "pozo" los huevos, la leche, la sal y el aceite; revuelva hasta que se forme una masa suave y agregue harina adicional según sea necesario. Enrolle hasta formar fideos de aproximadamente 1/16 de pulgada de espesor.

**IL'PIENE**

(El Relleno Manicotti)

1 libra de queso ricota

1 huevo batido

Un poquito de perejil

Mezcle bien y rellene los fideos manicotti, formando tubos del tamaño y la forma que desee.

**SALSA PESTO DE NONNA**

De la nona Yolanda Cataldi

7 hojas de albahaca, picadas

2 o 3 hojas de perejil finamente picadas

1 cabeza (no diente) de ajo, finamente picado

2 pizcas de sal (aproximadamente 1 cucharadita)

1 pizca de pimienta (aproximadamente 1/2 cucharadita)

1 taza de queso romano, rallado

Piñones (opcional)

Licue o pique todo junto hasta que esté bien mezclado. Sirva sobre salsa de espagueti tibia o úselo como salsa para pan italiano.

**MACARRONES CON QUESO EN UN PASO**

Para 6

2 tazas de macarrones con codo crudos

3 1/2 tazas de leche

1 cucharadita de salsa inglesa

1/2 cucharadita de sal

2 1/2 tazas de queso cheddar rallado

pimentón, al gusto

En una fuente para hornear engrasada de 12 x 8 x 2 pulgadas, revuelva los macarrones crudos, la leche, la salsa inglesa, la sal y 1 1/2 taza de queso hasta que estén bien mezclados. Cubra bien con papel de aluminio. Hornee en °horno a 350 durante 50 minutos. Destape y cubra con la 1 taza de queso restante (espolvoree con pimentón, si lo desea). Hornea 10 minutos más o hasta que el queso se derrita. Dejar reposar 10 minutos antes de servir.

**RELLENO DE QUESO RAVIOLI**

De la nona Yolanda Cataldi

2 1/2 libras de queso ricotta

3 huevos batidos

15 tazas de queso parmesano rallado

5 cucharadas de perejil picado

1 cebolla pequeña, picada

Sal y pimienta al gusto

Mezclar todo junto. Haga ravioles poniendo cucharaditas colmadas de relleno en fila sobre la masa de ravioles. Doble suficiente masa para cubrir el relleno; pellizca entre cada cucharada para sellar. Cortar con cortador de ravioles. Cocine en agua hirviendo hasta que los ravioles floten hacia la superficie.

**MASA DE RAVIOLI**

De la nona Yolanda Cataldi

4 huevos

2 tazas de agua

Sal al gusto

Harina

Apila varias tazas de harina sobre una tabla y haz un "pozo" en el centro de la pila. Ponga huevos, agua y sal en el "pozo". Amasar bien la masa añadiendo más o menos harina según sea necesario. Corta la masa por la mitad y colócala debajo de un bol; dejar reposar 1/2 hora. Estire aproximadamente 1/16 de pulgada de espesor. (Mientras espera la masa, prepare el relleno en bolitas)

Coloque las bolas de relleno en línea recta sobre la masa. Doble suficiente masa sobre el relleno para cubrir completamente y presione la masa entre cada bola para cerrar bien cada ravioli. Cortar con un cortador de ravioles (cortador ondulado). Coloque los ravioles en agua hirviendo y cocine durante 15 a 20 minutos. Drenar. Colocar en un plato y cubrir con la salsa. Espolvorea con queso parmesano.

Los raviolis se pueden preparar con anticipación y congelar. Para congelar, extienda los ravioles en una bandeja para hornear bien enharinada y colóquelos en el congelador. Cuando estén congelados, transfiera los raviolis a bolsas de plástico y ciérrelas herméticamente.

*NOTA: Esta receta proviene de un anuncio de cortador de ravioles que Nonna tenía de la antigua tienda Charugi Bros. en Chicago, IL, en la que solía comprar.*

**LASAÑA DE RAVIOLI**

De la cocina de Pía

1 paquete de ravioles congelados

1 libra de carne molida

1 (frasco de 28 oz de salsa para pasta)

1 1/2 tazas de mozzarella rallada

queso parmesano

perejil picado

Precaliente el horno a 425 °. Dore la carne molida en una sartén. Vierta 1 taza de salsa en el fondo de una fuente para hornear engrasada de 11 x 9 pulgadas. Coloque capas de raviolis medio congelados encima de la salsa. Cubra con la mitad de la carne molida y 3/4 taza de mozzarella. Cubrir con 1 taza de salsa. Repita las capas con pasta y carne molida. Cubra con la salsa restante. Asegúrese de que la salsa cubra los raviolis.

Hornee tapado por 35 minutos. Espolvorea con el resto de la mozzarella. Hornee sin tapar hasta que el queso esté dorado y burbujeante (aproximadamente 5 minutos). Adorne con parmesano y perejil.

**TARTA**

**TARTA DE MANZANA**

De Cindy Savoldi

1 masa de pastel preparada

6 tazas de manzanas, peladas y cortadas en rodajas finas

1 taza de azúcar

3/4 taza de canela

1/4 cucharadita de nuez moscada

1/8 cucharadita de sal

1 cucharadita de jugo de limón

1 cucharada de mantequilla o margarina

Coloque las manzanas en rodajas en un tazón mediano. Mezcle los ingredientes restantes excepto la margarina y espolvoree sobre las manzanas. Mezcle para cubrir las rodajas de manzana. Coloque 1/2 masa de pastel en un molde para pastel para cubrir el fondo. Vierta las rodajas de manzana recubiertas sobre la base del pastel. Corte la margarina en trozos y extiéndalos sobre las rodajas de manzana. Ponga la base de pastel superior. Pinche la masa con un tenedor para que salga el vapor. Hornee de 45 a 55 minutos a 425 °. NOTA: Para que la corteza esté más dorada, bata la clara de huevo con un tenedor hasta que quede bien espesa, luego unte la parte superior del pastel y hornee.

**TARTA DE QUESO CON ARÁNDANOS**

De la cocina de Pía

Mezcle lo siguiente y presione en una fuente para hornear de vidrio de 9 x 13.

2 1/2 tazas de migas de galleta Graham

1 taza de azúcar

1/4 taza de margarina derretida

Batir con batidora hasta que quede suave:

2 huevos

1 cucharadita de vainilla

1 taza de azúcar

2 paquetes (8 oz) de queso crema

Vierta la mezcla de queso crema sobre la mezcla de galletas Graham y hornee por 15 minutos a 375 °. Deje enfriar en el refrigerador al menos 2 horas y luego cubra con 1 lata de relleno de pastel de arándanos (se puede sustituir cualquier relleno de pastel, según se desee). Refrigere por 6 horas antes de servir. (Es mejor si se hace la noche anterior).

**TORTA DE CEREZA**

De la cocina de Pía

Derrita 1/3 taza de margarina y mezcle con las migajas de 16 galletas Graham y 1/2 taza de azúcar. Coloque en el fondo de un molde para pastel de 10 pulgadas.

Batir 1 paquete (8 oz) de queso crema con 1/2 taza de azúcar. Agrega 2 huevos. Batir hasta que esté muy suave. Vierta sobre las migajas y hornee por 25 minutos a 325 °. Fresco.

Coloque el relleno de pastel de cerezas o arándanos encima y enfríe al menos 3 horas antes de servir.

**CORTEZA DE PIE (para pastel de 2 masas)**

De Cindy Savoldi

2 tazas de harina

3/4 tazas de manteca

1 cucharadita de sal

1/4 a 1/2 taza de agua fría

Mezcle la harina y la sal en un tazón pequeño. Corte la manteca con una batidora de repostería hasta que la mezcla parezca una harina fina. Espolvorea agua sobre diferentes partes de la mezcla. Mezcle bien con un tenedor hasta que las partículas se peguen para formar una bola de masa. Extienda la mitad de la masa para formar la base inferior; la otra mitad para la corteza superior.

**Pastel de macarrones con coco**

De la abuela Hilda Savoldi

1 1/2 tazas de azúcar

2 huevos

1/2 cucharada de sal

1/2 taza de margarina blanda

1/4 taza de harina

1/2 taza de leche

1 1/2 taza de coco rallado

Masa para pastel de 9 pulgadas, sin hornear

Batir el azúcar, los huevos y la sal hasta que la mezcla tenga color limón. Agrega la margarina y la harina; mezclar bien. Agregue la leche y luego agregue 1 taza de coco. Vierta sobre la base del pastel y cubra con el coco restante. Hornee a 325 °unos 60 minutos.

**PASTEL FÁCIL DE QUESO Y CEREZAS**

De la cocina de Pía

1 corteza de migas de galleta Graham (9 pulgadas)

1/3 taza de jugo de limón

1 paquete (8 oz) de queso crema, ablandado

1 cucharadita de vainilla

1 lata (14 oz) de leche condensada azucarada

1 lata de relleno de tarta de cerezas

En un tazón mediano bata el queso hasta que esté suave y esponjoso. Agrega la leche condensada azucarada; mezcle bien. Agrega el jugo de limón y la vainilla. Vierta en la base. Enfríe durante 2 horas o hasta que cuaje. Cubra con la cantidad deseada de relleno de pastel antes de servir. Refrigere las sobras.

CONSEJO: cualquiera de sus rellenos o aderezos favoritos para pastel de frutas se puede sustituir por relleno de pastel de cerezas.

**PIECRUST A PRUEBA DE TONTOS**

Rinde cortezas de 5 a 9 pulgadas

De la abuela Hilda Savoldi

4 tazas de harina

2 cucharaditas de sal

1 3/4 tazas de manteca

1 cucharada de vinagre

1 cucharada de azúcar

1 huevo

1/2 taza de agua fría

Mezcle la harina, la manteca salada y el azúcar con un tenedor. .En un recipiente aparte batir el resto de los ingredientes. Combina las dos mezclas revolviendo con un tenedor hasta que todos los ingredientes estén humedecidos. Luego moldea la masa con las manos hasta formar una bola. Enfríe al menos 15 minutos antes de formar la base de pastel. La masa se puede dejar en el frigorífico hasta 3 días o se puede congelar. Rinde 2 pasteles de doble masa de 9 pulgadas y 1 tarta de base de 9 pulgadas.

NOTA: La masa permanecerá suave en el refrigerador y se puede sacar y enrollar inmediatamente.

**TARTA DE CREMA DE CHOCOLATE DULCE ALEMANA**

De la cocina de Pía

1 paquete (4 oz) de chocolate dulce para panaderos

1/3 taza de leche

2 cucharadas de azúcar

1 paquete (3 oz) de queso crema, ablandado

3 1/2 tazas o 1 recipiente (8 oz) de cobertura batida, descongelada

Corteza de migas de galleta Graham de 8 pulgadas

Calienta el chocolate y 2 cucharadas de leche en una cacerola a fuego lento, revolviendo hasta que el chocolate se derrita. Batir el azúcar con el queso crema; agregue el resto de la mezcla de leche y chocolate al queso crema y al beta hasta que quede suave. Incorpora la cobertura batida hasta que quede suave. Vierta en la base. Congele hasta que esté firme, aproximadamente 4 horas. Guarde las sobras en el congelador.

**PASTEL DE HELADO**

De Nikki Savoldi

Para la base, triture 24 galletas Oreo con relleno y mezcle con 1/3 taza de mantequilla derretida. Presione en un molde de 9 x 13 pulgadas

Llene la base con 1/2 galón de helado de chispas de chocolate o de helado de menta con chispas de chocolate. (CONSEJO: ablande un poco el helado, luego córtelo y colóquelo en el molde como si fuera un rompecabezas)

Salsa:

2 cuadritos de chocolate de panadería sin azúcar

1 cucharada de mantequilla

1/2 taza de azúcar

2/3 taza de leche evaporada

Cocine la salsa hasta que espese y se enfríe. Luego esparcir encima. Guárdelo en el congelador hasta que esté listo para servir. Adorne con crema batida.

**TORTA DE LA NONNA**

De la nona Yolanda Cataldi

*Relleno:*

2 manojos grandes de acelgas - quitar el corazón blanco, lavar y picar finamente.

Saltee las acelgas en una sartén con 1 barra de margarina. Agregar:

2 manojos de perejil, picado fino

2 hogazas de pan italiano remojadas en aproximadamente 1 galón de leche (remojar sólo hasta que estén húmedas)

1 cucharadita de pimienta de Jamaica

1 cucharadita de nuez moscada

1/2 taza de piñones

1/2 caja de pasas oscuras

1/2 caja de pasas blancas

1 1/2 taza de queso parmesano

4 tazas de azúcar

12 huevos batidos

Mezcle bien y luego agregue las verduras. Revuelva hasta que esté bien combinado y triturado. Agregue 1/2 litro de licor dulce, o algún otro saborizante, como jugo de naranja.

*Masa:*

Coloque la harina en un tazón grande (un poco menos de 5 libras ) y agregue 2 tazas de azúcar. Hacer un agujero en la mezcla de harina y agregar la docena de huevos, 1/2 litro de licor dulce (o jugo de naranja), una pizca de sal y 1 barra de mantequilla derretida. Agregue suficiente harina para hacer una masa suave, pero no pegajosa. Extienda la masa 1 pulgada más grande que el molde para pastel. Para crear los bordes, enrolle la masa, córtela con tijeras o cuchillo, enrolle la masa nuevamente, corte aproximadamente 1/2 pulgada de distancia, enrolle nuevamente, corte nuevamente, formando trozos de masa enrollados de 1/2 pulgada alrededor del borde de el pastel. Agregue el relleno y hornee a 375 °hasta que esté listo.

**PASTEL DE CREMA DE MANTEQUILLA DE MANÍ**

De la abuela Hilda Savoldi

*Combine y presione en el fondo y los lados superiores de un molde para pastel de 9 pulgadas:*

1/4 taza de mantequilla de maní

4 tazas de hojuelas de maíz trituradas

2 cucharadas de azúcar

1 cucharada de harina

2 cucharadas de margarina, derretida

*Hornee a 350 °por 8 minutos. Dejar enfriar por completo.*

Prepare 1 paquete de pudín de vainilla instantáneo usando solo 3/4 taza de leche. Dejar reposar 5 minutos.

Batir 1/2 punto de crema hasta que esté firme; incorporar hasta formar pudín. Apila la mezcla de pudín sobre la base enfriada. Enfriar hasta que esté firme.

**PASTEL DE NUEZ**

De Cindy Savoldi

1 base de pastel sin hornear

1 taza de azúcar

1 taza de nueces

1 cucharada de mantequilla derretida

3 huevos

1/2cucharadita de vainilla

1 taza de jarabe de maíz

1 cucharada de harina

Coloque las nueces en el fondo de la base del pastel. Batir los huevos; agregue la mantequilla, el jarabe de maíz y la vainilla y revuelva bien. Combine el azúcar y la harina. Vierta sobre las nueces hasta que suban a la superficie. Hornee a 350 °por 45 minutos. (Se congela bien

**PASTEL DE NATILLAS DE RUIBARBO**

De la tía Amy Jones

Rinde pastel de 1 a 9 pulgadas

Batir ligeramente 3 huevos.

Agrega 2 cucharadas de leche

Mezcle y agregue:

2 tazas de azúcar

5 cucharadas de harina

Vierta todo lo anterior sobre 4 tazas de ruibarbo cortado en trozos que se han colocado en una base de hojaldre. Salpique con 1 cucharada de mantequilla y agregue la hoja de masa superior. Agregue cortes en la corteza superior y hornee durante 50 a 60 minutos a 400 °.

**TARTA DE QUESO Y FRESA**

Rinde un pastel de 9 pulgadas

1 (9 pulgadas) de masa horneada o corteza de migas de galleta Graham

1 paquete (8 oz) de queso crema, ablandado

1 lata (14 oz) de leche condensada azucarada

1/2 taza de jugo de limón

1 cucharadita de vainilla

1 litro de fresas frescas, limpias y peladas

1 paquete (16 oz) de glaseado de fresa preparado, frío.

Batir el queso hasta que quede esponjoso. Incorpora poco a poco en la leche condensada azucarada hasta que esté suave. Agrega el jugo de limón y la vainilla. Vierta sobre la base preparada. Enfríe durante 3 horas o hasta que cuaje. Cubra con fresas y la cantidad deseada de glaseado. Refrigere las sobras.

**CERDO O JAMÓN**

**JAMÓN ESMALTADO CON MANZANA Y MOSTAZA**

1 taza de gelatina de manzana

1 cucharada de mostaza

1 cucharada de jugo de limón

1/4 cucharadita de nuez moscada molida

clavos enteros

anillos de manzana especiados

Combine la gelatina, la mostaza, el jugo y la nuez moscada en una sartén. Llevar a ebullición. Marque el jamón en forma de diamantes con un cuchillo afilado y corte el jamón aproximadamente a 1/4 de pulgada de profundidad (ver más abajo). Inserte dientes en cada intersección de diamantes. Hornee descubierto a 350 °durante 20 minutos por libra. Glasear (rociar) dos veces durante los últimos 30 minutos. Adorne con aros de manzana.

Se deben cortar en la parte superior del jamón marcas de diamantes como las que se muestran a continuación:

**JAMÓN ARÁNDANOS**

De la cocina de Pía

3 tazas de gelatina de grosella

2 tazas de jarabe de maíz

3/4 cucharadita de jengibre molido

3 tazas de arándanos enteros

1 (9 - 12 libras ) de jamón

Aproximadamente 2 1/2 horas antes de servir, precaliente el horno a 325 °. En una sartén grande, mezcle la gelatina de grosellas, el jarabe de maíz y el jengibre. Cocine a fuego medio hasta que esté almibarado. Coloque el jamón en una fuente para hornear forrada con papel de aluminio. Cepille todo con un poco de la mezcla de gelatina. Hornéelo dejando 10 minutos por libra o aproximadamente 2 horas. Cepille frecuentemente con la mezcla de gelatina.

Aproximadamente 15 minutos antes de que el jamón esté cocido, cocine los arándanos a fuego medio en la mezcla de gelatina restante, sin tapar, durante 7 minutos. Sirva los arándanos sobre el jamón.

**JAMÓN DE VACACIONES CON PIÑA**

2 latas (6 oz) de jugo de piña

1 lata de piña triturada

2 tazas de azúcar moreno

20 a 30 dientes

1/4 taza de pasas doradas

jamón entero cortado en espiral de 12 a 14 libras

Vierta el jugo sobre el jamón. Vierta la piña sobre el jamón. Espolvorea con azúcar moreno y clavo. Agregue las pasas a los jugos de la sartén. Cubra y refrigere durante la noche.

Hornee a 325 °durante 1 1/2 a 2 horas. Rocíe cada 20 minutos (o use una bolsa para cocinar).

**CERDO al POIVRE**

*4 porciones*

1 libra de lomo de cerdo, recortado

1 cucharada de pimienta negra

2 cucharaditas de aceite de oliva

1/2 taza de caldo de pollo sin grasa

1/2 taza de vino tinto seco

1 cucharadita de mostaza Dijon

1 cucharadita de pasta de tomate

1/4 cucharadita de sal

Corte la carne de cerdo a lo largo, cortando hasta el otro lado, pero sin atravesarlo. Abra las mitades y coloque la carne de cerdo en posición horizontal. Espolvorea cada lado con 1 1/2 cucharaditas de pimienta. Caliente el aceite en una sartén refractaria cubierta con aceite en aerosol. Agrega la carne de cerdo; cocine 2 minutos por cada lado. Coloque el molde en el horno y hornee a 425 °durante 12 minutos. Retirar y mantener caliente.

Agrega el caldo y los ingredientes restantes a la sartén; revuelva bien con un batidor. Llevar a ebullición; cocine hasta que se reduzca a 1/2 taza (aproximadamente 3 minutos).

*CALORÍAS 162; GRASA 5,7 g; PROTEÍNA 24,5g; CARBURADORES 1,9 g; FIBRA .5g*

**LOMO DE CERDO CON RELLENO DE ESPINACAS**

Rinde de 10 a 12 porciones

1 paquete (10 oz) de espinacas congeladas, descongeladas y escurridas, exprimiendo la mayor cantidad de líquido posible

1/2 taza de cebolla picada

1 diente de ajo, picado

3 cucharadas de margarina o aceite de oliva

Reserva 1/2 taza de espinacas para aderezar. Saltee todos los ingredientes hasta que estén tiernos. Separe 1 lomo de cerdo deshuesado (3 1/2 lb ). Agregue 1 taza de pan rallado y 1/2 cucharadita de sal a las espinacas y extienda sobre la mitad del lomo de cerdo. Cubra con la otra mitad y átela.

Mezcla:

1/4 taza de jugo de naranja

2 cucharadas de salsa de soja

1 cucharada de salsa de tomate

Vierta la mitad de la salsa sobre el lomo de cerdo. Hornee a 350 °durante 1 hora, sin tapar. Rocíe con la mitad restante de la salsa. Cubra y hornee 1 hora más. Dejar reposar 10 minutos antes de cortar.

Cocine los ingredientes del aderezo a continuación a fuego medio hasta que estén completamente calientes. Sirva el aderezo sobre el lomo de cerdo.

1 taza de crema agria

2 cucharadas de rábano picante

1 cucharada de mostaza Dijon

1/2 cucharadita de sal sazonada

1/4 cucharadita de eneldo

**SALCHICHAS Y SETAS**

De la cocina de Pía

3 enlaces (3 oz) de salchicha italiana de pavo picante

1 cucharadita de aceite de oliva

1/3 taza de vino blanco seco (yo uso vinagre de vino)

4 tazas de agua

2 paquetes (8 oz) de champiñones cortados en rodajas

1 lata (14,5 oz) de tomates cortados en cubitos, escurridos

2 cucharadas de albahaca fresca picada (o use 2 cucharaditas de albahaca seca)

Perforar salchichas; corte cada uno en diagonal en trozos de 1 pulgada. Cocine en aceite a fuego medio-alto durante 3 minutos. Agrega vino o vinagre de vino y champiñones; tape, reduzca el fuego y cocine durante 10 minutos revolviendo ocasionalmente. Retire la salchicha de la sartén; Cocine los champiñones durante unos 5 minutos, hasta que el líquido casi se evapore. Agregue la albahaca y los tomates y cocine 1 minuto más. Regrese la salchicha a la sartén y cocine a fuego lento. Servir con polenta.

**TACOS PICANTES DE CERDO Y PIMIENTO**

*6 porciones*

1 1/2 libra de lomo de cerdo, recortado y cortado en tiras de 1/2 pulgada

1 1/2 cucharaditas de condimento italiano seco

1/2 cucharadita de pimiento rojo molido

1/4 cucharadita de sal

4 cucharaditas de aceite vegetal

1 1/2 tazas de pimiento rojo en tiras

1 1/2 tazas de pimiento verde en tiras

1 1/2 tazas de pimiento amarillo en tiras

1 1/2 cucharaditas de ajo picado embotellado

1/4 cucharadita de sal

6 tortillas (8 pulgadas) sin grasa

3/4 taza de salsa embotellada

3/4 taza de queso cheddar bajo en grasa rallado

Combine los primeros 4 ingredientes; Calienta 2 cucharaditas de aceite. Agrega la carne de cerdo y cocina por 8 minutos. Retirar de la sartén y mantener caliente. Calienta 2 cucharaditas de aceite; agregue los pimientos morrones, el ajo y la sal. Saltear 5 minutos. Divida la carne de cerdo en partes iguales entre las tortillas; cubra cada uno con 1/2 taza de mezcla de pimientos, 2 cucharadas de queso, 2 cucharadas de salsa y doble.

*CALORÍAS 341; GRASA 9,3 g; PROTEÍNA 32,2 g; CARBURADORES 31,2 g; FIBRA 2.9g*

**AVES DE CORRAL**

**ENSALADA DE POLLO 24 HORAS**

De la cocina de Pía

*Coloque en capas en orden lo siguiente en un recipiente de vidrio grande:*

4 tazas de espinacas, desmenuzadas

1 taza de queso suizo, rallado

1 taza de guisantes congelados

1/2 taza de semilla de calabaza sin cáscara

2 latas (5 oz) de pollo deshuesado, escurrido y picado

1/2 taza de zanahoria rallada

1 taza de coliflor, cortada en trozos pequeños

4 tazas de lechuga iceberg desmenuzada

*Mezclar todo junto:*

1 paquete (3 onzas). Queso crema

1 cucharada de jugo de limón

1 taza de mayonesa

1/2 cucharadita de eneldo seco

1/4 cucharadita de sal

Extienda la mezcla de mayonesa sobre la ensalada, sellando hasta el borde del tazón. Espolvorea 1/2 taza de queso suizo rallado por encima; cubra y enfríe en el refrigerador durante la noche o al menos 3 horas.

**POUPON DE POLLO AL HORNO**

4 *porciones*

4 cucharadas de mostaza gris poupon

2 cucharadas de agua o aceite vegetal

1 cucharadita de ajo en polvo

1/2 cucharadita de condimento italiano

1 libra de pechugas de pollo deshuesadas

Mezcle el mosto, el aceite, el ajo en polvo y el condimento italiano en un tazón grande o en una bolsa de plástico. Agregue el pollo y mezcle para cubrir. Hornee a 375 °durante 20 minutos o hasta que esté cocido.

**SOUFLE DE POLLO AL HORNO**

Desde Crawfordsville Branch

9 rebanadas de pan blanco, sin corteza

4 tazas de pollo cocido cortado en cubitos

1/2 libra de champiñones frescos, rebanados

1/2 taza de mayonesa

1 lata (8 oz) de castañas de agua, escurridas y cortadas en rodajas

9 rebanadas de queso procesado y picante

4 huevos batidos

2 tazas de leche

1 cucharadita de sal

1 lata de crema de champiñones

1 lata de crema de apio

1 frasco (2 oz) de pimiento, picado (opcional)

2 tazas de pan rallado grueso con mantequilla.

Forre una fuente para hornear untada con mantequilla de 13 x 9 pulgadas con pan. Cubra con pollo. Cocine los champiñones en mantequilla durante 5 minutos y vierta sobre el pollo con las castañas de agua. Salpique con mayonesa; cubra con queso. Combine los huevos, la leche y la sal y vierta sobre el pollo. Mezcle la sopa y el pimiento y vierta sobre todo. Cubra con papel aluminio y guárdelo en el refrigerador durante la noche. Hornee a 350 °por 1 1/2 horas. Los últimos 15 minutos de horneado espolvoreamos pan rallado encima.

**BOLSILLOS DE POLLO DE CAMP**

De la cocina de Pía

4 pechugas de pollo deshuesadas y sin piel

2 zanahorias medianas, en rodajas

2 tazas de champiñones frescos, rebanados

2 calabacines medianos, rebanados

2 cucharadas de margarina

Corte 4 trozos de papel de aluminio de 12 x 18 pulgadas; coloque una pechuga de pollo en cada trozo de papel de aluminio. Unta mostaza de Dijon sobre cada trozo de pollo y espolvorea con un poco de albahaca seca. Cubra con rodajas de vegetales divididas uniformemente entre las 4 piezas; salpique con margarina. Doble el papel de aluminio sobre el pollo en bolsillos sellados. Hornee durante 22 minutos a 450 °en una bandeja para hornear sin engrasar.

**POLLO Y FIDEOS DE MAMÁ**

De la cocina de Pía

1 pollo entero

1 cebolla grande, pelada

3 zanahorias grandes, peladas

1 tallo de apio

Sal y pimienta al gusto

Coloque todo en una tetera grande y cúbralo completamente con agua (más 1/2 pulgada más). Cocine a fuego medio alto durante una hora o hasta que el pollo esté completamente cocido y se desprenda del hueso. Pasar por un colador reservando el caldo de pollo. Cuando esté lo suficientemente frío como para tocarlo, retire el pollo del hueso, desechando el hueso y la piel. Picar el pollo y volver al caldo. *(NOTA: la cebolla, las zanahorias y el apio son muy sabrosos y se pueden servir en un plato aparte junto con el pollo y los fideos).*

Vuelva a calentar el caldo de pollo hasta que hierva y agregue 1 o 2 libras de fideos de huevo al pollo y al caldo de pollo. Cocine hasta que los fideos estén tiernos. Para espesar el caldo: poner 2 o 3 cucharadas de harina en un vaso de agua fría, revolviendo hasta que la harina ya no tenga grumos. Agregue agua "enharinada" al caldo hirviendo, revolviendo constantemente hasta que el caldo espese.

*Este es el favorito de la familia y se sirve sobre puré de papas. Agregue una buena ensalada mixta u otra verdura verde para obtener una comida completa.*

**Pollo a la media luna**

De: Jill Clark

1 8 onzas paquete de queso crema

sal y pimienta para probar

4 cucharadas de mantequilla

2 tazas de pollo cocido en cubitos

1/4 taza de cebolla finamente picada

2 latas de panecillos Pillsbury Crescent

Combine el queso crema, la mantequilla, la cebolla, la sal y la pimienta.

Agrega el pollo y mezcla suavemente.

(Hago un triángulo grande con dos de los rollos de media luna) Coloque aproximadamente un

1/4 taza mezcla sobre la sección de masa y enrolla.

Enrolle la media luna de pollo en mantequilla derretida y luego en pan rallado.

Hornee a 375 grados durante 15 a 20 minutos. Cubra con salsa.

**Salsa** - 2 tazas de crema agria

1 lata de crema de pollo

1 cucharadita de jugo de limón fresco

Combine los ingredientes en una cacerola y caliente.

**BRUSCHETTA DE POLLO**

De la luz de cocción

1 cucharadita de ajo en polvo

1/4 cucharadita de sal

1/8 cucharadita de pimienta

Mezcle los condimentos y espolvoree sobre 4 (4 oz) de pechugas de pollo. Ase las pechugas durante 6 minutos por cada lado en una sartén rociada con aceite en aerosol. Dejar de lado.

*Calienta 1 cucharada de aceite de oliva en una sartén y agrega:*

1/4 cucharadita de sal

1 paquete (8 onzas). champiñones, rebanados

1 calabacín pequeño, en cuartos y en rodajas

4 dientes de ajo picados

*Saltee durante 2 minutos y agregue:*

1/8 cucharadita de pimienta

1 tomate pera picado

1/2 taza de cebolla picada

1/2 taza de albahaca fresca picada

4 cucharaditas de vinagre balsámico

*Saltee por 3 minutos más.*

Sirve la mezcla de verduras sobre el pollo. Espolvorea con 1/4 taza de queso parmesano rallado.

*229 calorías, 7,3 gramos de grasa, 2,1 gramos de fibra (cada porción equivale a 5 puntos Weight Watcher)*

**PAQUETES DE POLLO**

*8 porciones*

2 paquetes de 3 onzas. Queso crema con cebollino, ablandado

1/8 cucharadita de pimienta

2 a 3 tazas de pechugas de pollo cocidas y cortadas en cubitos

Mezcla el queso crema y el pollo. Separe y extienda 2 latas de Pillsbury Crescent Rolls. (Pellizque a lo largo de las perforaciones para formar rectángulos). Cada lata producirá 4 paquetes. Coloque aproximadamente 1/3 de taza de mezcla de pollo en cada rollo. Doblar y pellizcar para sellar los lados. Sumerja cada paquete en 1/2 taza de mantequilla derretida. Enrolle cada uno en 2/3 de taza de pan rallado o mezcla para relleno y 1/2 taza de nueces picadas. Hornee a 325° hasta que la masa esté dorada (aproximadamente 20 minutos). Servir con salsa de pollo

**POLLO CACCIATORE**

De la nona Yolanda Cataldi

1 pollo cortado

1 lata (8 oz) de salsa de tomate

6 dientes de ajo, cortados y machacados

1/2 cebolla grande, picada

Sal pimienta

1 lata de aceitunas negras (opcional)

Aceite de oliva

Una pizca de mejorana

3 racimos de salvia

Freír los trozos de pollo en aceite de oliva; espolvorea con sal y pimienta al gusto. Agrega el ajo. Espolvorea con mejorana y salvia. Dore bien el pollo. ( La abuela agrega aproximadamente 1/4 taza de vino de cocción al pollo). Cocine a fuego lento durante unos 15 minutos. Retire el pollo de la sartén; agregue la salsa de tomate y la cebolla al jugo en la sartén. Cocine a fuego lento hasta que la cebolla esté cocida. Agregue el pollo a la salsa y cocine a fuego lento durante unos 10 minutos. Agregue aceitunas para darle más sabor. Servir con polenta.

**CACCIATORE DE POLLO (VERSIÓN AMERICANA)**

2 freidoras para asar cortadas (aproximadamente 2 1/2 libras cada una)

1/4 taza de aceite de oliva

1/3 taza de harina

2 pimientos verdes, sin semillas y cortados en trozos

2 cucharaditas de sal

1/4 cucharadita de pimienta

1/2 taza de vino blanco (o vino de cocina)

1 taza de cebolla picada

1 lata de tomates italianos (1 libra , 1 oz)

2 dientes de ajo, picados

Agite los trozos de pollo con harina, sal y pimienta en una bolsa plástica. Saltee la cebolla y el ajo en 2 cucharadas de aceite hasta que estén suaves. Retirar con una espumadera y reservar. Dore el pollo unos cuantos trozos a la vez y agregue el aceite restante según sea necesario; retirar y reservar. Saltee los pimientos con la grasa hasta que estén suaves; agregue el vino y deje hervir revolviendo constantemente. Regrese la cebolla y el ajo a la sartén. Agrega los tomates. Coloque el pollo en una olla de cocción lenta y vierta la salsa por encima. Tape y cocine a fuego lento durante 8 horas o a fuego alto durante 4 horas. Espolvorea con perejil picado si lo deseas. Sirva con linguini o espaguetis finos. (O si quieres ser realmente auténtico, sírvelo con polenta) Rinde 6 porciones

**POLLO DIVINO**

Desde Crawfordsville Branch

Deshuesar 4 pechugas de pollo partidas (o usar pechugas deshuesadas y sin piel); Dorar por ambos lados en aceite caliente. Hierva 1 manojo de brócoli durante 5 minutos y colóquelo en el fondo de una cacerola untada con mantequilla de 9 x 13 pulgadas. Coloque el pollo encima del brócoli. Vierta la salsa sobre el pollo; espolvorear con pan rallado y queso cheddar rallado y hornear durante 30 minutos a 350 °.

Salsa:

1 lata de crema de pollo

1 cucharadita de curry en polvo

1 cucharadita de jugo de limón

1/2 taza de mayonesa

NOTA: Puede usar pollo o pavo entero hervido en lugar de pechugas de pollo. Simplemente corte el pollo o el pavo en trozos pequeños. En los días ocupados, sustituya 2 bolsas (16 oz) de brócoli congelado, crudo, por brócoli fresco cocido.

**WRAPS DE GALLETAS DE POLLO Y BRÓCOLI**

Rinde 10 envolturas

1 lata (12 oz) de galletas de suero de leche "grandes"

1 taza de pollo cocido picado

1/3 taza de brócoli cocido picado

1/3 taza de queso cheddar rallado

2 cucharadas de mayonesa

1 cucharada de cebolla finamente picada

Caliente el horno a 400 °; separe la masa en 10 galletas. Presione cada galleta hasta formar una ronda de 5 pulgadas. En un tazón pequeño combine los ingredientes restantes. Vierta aproximadamente 2 cucharadas de la mezcla en el centro de cada galleta. Doble la masa por la mitad sobre el relleno (parece una empanada) presionando los bordes con un tenedor para sellar. Colóquelo en una bandeja para hornear sin engrasar. Hornee de 10 a 13 minutos hasta que estén dorados. NOTA: Se puede usar 1/3 taza de brócoli picado congelado, descongelado y escurrido en lugar de fresco.

**WRAPS DE GALLETAS DE POLLO Y BRÓCOLI**

Rinde 10 envolturas

1 lata (12 oz) de galletas de suero de leche "grandes"

1 taza de pollo cocido picado

1/3 taza de brócoli cocido picado

1/3 taza de queso cheddar rallado

2 cucharadas de mayonesa

1 cucharada de cebolla finamente picada

Caliente el horno a 400 °; separe la masa en 10 galletas. Presione cada galleta hasta formar una ronda de 5 pulgadas. En un tazón pequeño combine los ingredientes restantes. Vierta aproximadamente 2 cucharadas de la mezcla en el centro de cada galleta. Doble la masa por la mitad sobre el relleno (parece una empanada) presionando los bordes con un tenedor para sellar. Colóquelo en una bandeja para hornear sin engrasar. Hornee de 10 a 13 minutos hasta que estén dorados. NOTA: Se puede usar 1/3 taza de brócoli picado congelado, descongelado y escurrido en lugar de fresco.

**POLLO VESUVIO**

*Del tio* *Ray Cataldi*

Dore las mitades de pechuga de pollo cortadas en aceite de oliva en una sartén pesada. Cuando el pollo esté cocido, retírelo de la sartén. Agrega ajo fresco picado (mucho ajo) y una pizca de sal a la sartén; luego agregue el vino y cocine hasta que esté picante. Cuando esté cocido, agregue perejil fresco picado encima. Agregue el pollo y cocine a fuego lento hasta que el pollo esté caliente.

**POLLO DE CONFERENCIA**

De la presidencia de la Estaca Scranton

2 latas de crema de pollo

2 tazas de pechuga de pollo cocida cortada en cubitos

1 taza de crema agria ligera

1/4 cucharadita de ajo en polvo

1/2 taza de chiles verdes cortados en cubitos\*

10 tortillas de harina grandes y finas

queso cheddar rallado

Mezcle la sopa, la crema agria, el ajo en polvo y los chiles verdes (o pimiento verde). Extienda una capa fina sobre el fondo de una fuente para hornear de vidrio de 9 x 13 pulgadas. Agregue el pollo a la mezcla de sopa restante. Caliente las tortillas en el microondas hasta que estén flexibles. Coloca una porción de la mezcla de pollo sobre cada tortilla y espolvorea con queso rallado. Enrolle las tortillas y colóquelas en una fuente para hornear. Extienda el resto de la mezcla de pollo para formar una capa encima de las tortillas. Espolvorea más queso rallado por encima. Hornee tapado durante 20 minutos a 350 °.

\*NOTA: Se puede usar pimiento verde en lugar de chiles verdes. Además, se puede colocar brócoli o espárragos frescos cocidos en cada tortilla y enrollarlos con la mezcla de pollo.

**POLLO AL HORNO FÁCIL**

De la cocina de Pía

1 lata de crema de champiñones

1 taza de crema agria

3 cucharadas de mezcla para sopa de cebolla seca

4 a 8 pechugas de pollo

1/2 lata de fideos chow mien

Coloque las pechugas de pollo en una fuente para hornear de 9 x 13 pulgadas. Mezcle la sopa, la crema agria y la sopa de cebolla hasta que estén bien mezclados. Vierta sobre el pollo y hornee a 350 °durante 1 a 1 1/2 horas. Espolvorea fideos chow mien encima durante los últimos 10 minutos. *Muy bueno con arroz o fideos.*

PECHUGAS DE POLLO AL HORNO FÁCILES

Para *4 personas*

De la cocina de Pía

4 pechugas de pollo deshuesadas y sin piel

½ taza de pan rallado italiano

½ taza de queso parmesano

1 huevo

SALSA:

1 lata de crema de apio

½ taza de leche

3 onzas. Paquete Queso Crema

Sumerja el pollo en huevo batido y cúbralo con la mezcla de queso y migajas. Hornee, descubierto, a 375 °F – 20 minutos por cada lado.

Derrita 1 lata de crema de apio con ½ taza de leche y un paquete de 3 onzas de queso crema. Vierta la mezcla de sopa sobre el pollo y hornee otros 20 minutos más (sin tapar).

**CACCIATOR RÁPIDO DE POLLO**

De la cocina de Pía

2 libras de pollo

2 dientes de ajo grandes picados

2 cucharadas de aceite de oliva

1 cucharadita de orégano

1 lata (10,75 oz) de sopa de tomate

1/4 cucharadita de sal

1 cucharadita de orégano

1/4 taza de agua

1/2 pimiento verde, cortado en tiras

1 cucharada de vinagre

1/2 taza de cebolla picada

Dore el pollo en aceite en una sartén. Quitar la grasa. Agrega los ingredientes restantes; tape y cocine a fuego lento durante 45 minutos. Revuelva ocasionalmente; destape y cocine hasta que la salsa espese. Rinde de 4 a 6 porciones. Servir sobre polenta

**PASTEL DE POLLO FÁCIL**

De Cindy Savoldi

1 base de pastel, preparada

1/4 cucharadita de pimienta

1/3 taza de margarina

1 3/4 taza de caldo de pollo

1/3 taza de harina

2/3 taza de leche

1/3 taza de cebolla picada

2 tazas de pollo cocido, en cubos

1/2 cucharadita de sal

10 oz de guisantes y zanahorias congelados

Verduras adicionales, según se desee

Derretir la margarina. Agrega la cebolla, luego la harina, la sal y la pimienta. Agrega el caldo y la leche. Hierva un minuto y luego agregue el pollo y las verduras. Vierta sobre la base de pastel preparada; cubra con la tapa de masa para pastel. Hornee a 425 °durante 30-35 minutos hasta que se doren.

**PASTEL DE POLLO FÁCIL**

Para 6

1 2/3 tazas de verduras congeladas, descongeladas

1 taza de pollo cocido cortado en trozos

1 lata (10,75 oz) de crema de pollo

1 taza de bisquick

1/2 taza de leche

1 huevo

Mezcle las verduras y la sopa en un molde para pastel de 9 pulgadas sin engrasar. Mezcle los ingredientes restantes con un tenedor hasta que se mezclen. Vierta en un molde para pastel. Hornee a 400 °durante 30 minutos hasta que se doren.

**POLLO CON ALBAHACA FRESCA DEL JARDÍN**

De la luz de cocción

4 pechugas de pollo

16 hojas de albahaca fresca

1/4 cucharadita de sal

1 cucharada de jugo de limón

1 cucharada de aceite de oliva

1/4 cucharadita de pimienta

12/ taza de caldo de pollo

1/4 taza de albahaca picada

1 diente de ajo

Cree bolsillos cortando una hendidura de 3 pulgadas en cada pechuga de pollo. Coloca 4 hojas de albahaca en cada pechuga y espolvorea con sal y pimienta. Combine el caldo, la albahaca, el jugo y el ajo en un tazón. Calentar el aceite de oliva en una sartén experta ; agregue el pollo y cocine de 4 a 6 minutos volteándolo una vez. Vierta la mezcla de caldo sobre el pollo y déjelo hervir. Tape y cocine a fuego lento durante 5 minutos hasta que el jugo del pollo salga claro.

180 calorías; 7 gramos de grasa, o gramos de fibra

*NOTA: Esta es una receta sencilla, deliciosa y elegante. ¡Buena para la compañía y para la cintura!*

**POLLO A LA PLANCHA SOBRE ESPINACAS**

De la cocina de Pía

1 o 2 cucharadas de aceite de oliva

1 cucharada de vinagre de sidra

1 diente de ajo picado

1 cucharadita de tomillo

1/2 cucharadita de orégano

1/2 cucharadita de pimienta

1/4 cucharadita de sal

Combine todo lo anterior y vierta sobre 4 pechugas de pollo deshuesadas. Áselos sin tapar durante 7 minutos en una sartén antiadherente rociada con aceite de cocina durante 7 minutos por cada lado o hasta que estén cocidos.

En 1 a 2 cucharadas de aceite de oliva, saltee 1 cebolla verde, finamente picada.

con 1 o 2 dientes de ajo picados. Agregue 1/2 libra de champiñones en rodajas y saltee durante 3 a 4 minutos.

Agregue 1 paquete (10 oz) de espinacas frescas. Saltee durante 2 minutos hasta que se ablanden. Transfiera las espinacas a una fuente para servir y cubra con el pollo.

**PAJES HAWAIANOS**

Para 6

4 tazas de caldo de pollo sazonado

1/4 taza de maicena

2 a 3 tazas de pollo cocido en cubos

4 tazas de arroz integral cocido caliente

4 tomates medianos, picados

1 paquete (10 oz) de guisantes congelados, descongelados

5 tallos de apio, finamente picados

1 a 2 pimientos verdes, picados

6 a 8 cebollas verdes, en rodajas

1 lata (8 oz) de piña triturada

1/2 taza de almendras fileteadas

1/2 taza de coco rallado (opcional)

1/2 taza de castañas de agua en rodajas

1 a 2 tazas de fideos chinos

1 taza de queso cheddar finamente rallado

Combine el caldo y la maicena. Cocine hasta que esté espeso y claro. Agrega el pollo. Coloque los ingredientes restantes en tazones individuales. Haga que los invitados construyan sus propios pajares en el siguiente orden: arroz, pollo en salsa, tomates, guisantes, apio, pimiento verde, cebolla, piña, almendras, coco, castañas de agua, fideos y queso.

**POLLO A LAS HIERBAS EN HOSTELERIA**

Para 4 personas

Pia Savoldi

2 cucharadas de margarina

4 pechugas de pollo deshuesadas y sin piel

½ paquete de hojaldre

1 queso crema para untar con hierbas (4 oz.)

1 huevo batido

1 cucharada de agua

¼ taza de perejil picado

Cocine el pollo en margarina a fuego medio hasta que se dore (sazone con sal, pimienta y salvia). Retirar de la sartén, tapar y refrigerar de 15 minutos a 24 horas. Descongele las láminas de masa durante 20 minutos. Precaliente el horno a 400 °F. Despliegue las hojas y enrolle hasta formar un cuadrado de 14 pulgadas. Córtelo en cuatro cuadrados de 7 pulgadas.

Unte 2 cucharadas de queso para untar en el centro de cada cuadrado. Espolvorea con perejil y cubre con pollo enfriado. Cepille los bordes del cuadrado con la mezcla de huevo y agua. Dobla cada esquina hacia el centro sobre el pollo y sella todos los bordes. Coloque la costura hacia abajo en una bandeja para hornear. Pincelar con la mezcla de huevo y agua y hornear durante 25 minutos o hasta que estén dorados.

**FIDEOS CASEROS Y POLLO**

De la cocina de Pía

1 libra de fideos de huevo

1 taza de apio picado

3 - 4 libras de pollo cocido

2 cucharadas de margarina

2 tazas de caldo de pollo

2 latas de crema de champiñones

1 cebolla mediana, picada

1 cucharadita de sal

1/2 cucharadita de pimienta

Hervir el pollo hasta que esté cocido. Reserva 2 tazas de caldo. Cocine los fideos según las instrucciones del paquete; drenar. Saltee la cebolla y el apio en margarina. Agrega el pollo, los fideos, el caldo, la sopa y los condimentos. Vierta en 2 cacerolas (2 cuartos). Hornee a 350 °por 30 minutos. Rinde de 8 a 10 porciones.

**RELLENO DE PAVO CASERO**

De la abuela Hilda Savoldi

Cocine la molleja y el corazón de pavo en agua hirviendo hasta que estén cocidos. Picar en trozos pequeños.

Picar el hígado de pavo y saltear en margarina.

Saltear en 2 cucharadas de aceite de oliva:

1 tallo de apio, picado

8 cebollas picadas

Mezclar todo junto:

1 barra de pan tostado y en cubitos (cualquier tipo)

1/2 zanahoria rallada

2 cucharaditas de salvia

1 o 2 dientes de ajo picados

2 cucharadas de perejil picado

1/2 libra de mantequilla

2 o 3 huevos batidos

Mezcla salteada de apio y cebolla

Esto rellenará un pavo de 15 libras o lo horneará en una fuente para hornear aparte durante 45 minutos a 350 °.

**POLLO AL LIMÓN Y PIMIENTA ESPAÑOLA**

*4 porciones*

8 (6 oz) muslos de pollo, sin piel

1 1/2 cucharaditas de orégano seco

1/2 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta negra

1/4 cucharadita de pimentón

1 1/2 tazas de pimiento rojo en tiras

1 1/2 tazas de pimiento verde en tiras

1 cucharada de ralladura de limón

1/4 taza de jugo de limón fresco

1/2 taza de caldo de pollo sin grasa

2 cucharadas de salsa de tomate

Espolvorea el pollo con orégano, sal, pimienta y pimentón. Caliente la sartén cubierta con PAM a fuego medio-alto. Agregue el pollo y saltee durante 3 minutos o hasta que se dore. Dale la vuelta al pollo; cubra con los pimientos morrones, la cáscara y el jugo. Tape, reduzca el fuego y cocine a fuego lento durante 30 minutos, o hasta que esté cocido. Retire el pollo de la sartén.

Combine la salsa de tomate y el caldo en un tazón; agréguelo a la mezcla de pimientos en la sartén; Hervirlo. Sirva la mezcla de pimientos con el pollo.

*CALORÍAS 267; GRASA 7,8 g; CARBURADORES 8,7 g; FIBRA 1,9 g*

**POLLO SIN COMPLICACIONES**

Desde Nikki Hall

16 *porciones*

1 botella de aderezo para ensalada rusa o catalina

2/3 taza de conservas de albaricoque

2 sobres de mezcla para sopa de cebolla seca

16 pechugas de pollo deshuesadas y sin piel

Mezcle el aderezo, las conservas y la mezcla para sopa. Coloque el pollo en 2 moldes de 11 x 7 x 2. Cubra con la mezcla de aderezo. Cubra y hornee por 20 minutos a 350 °. Rocíe el pollo. Hornee 20 minutos más sin tapar o hasta que el jugo del pollo salga claro.

**PIE DE POLLO SIN CULPA**

De la sopa Campbell's

1 lata (10 3/4 oz) de crema de pollo condensada (sin grasa)

1 paquete (9 oz) de vegetales mixtos congelados, descongelados

1 taza de pollo cocido en cubitos

1/2 taza de leche

1 huevo

1 taza de mezcla para hornear reducida en grasa ( Bisquick )

Precaliente el horno a 400 °. En un molde para pastel de 9 pulgadas, mezcle la sopa, las verduras y el pollo.

Mezcle la leche, el huevo y la mezcla para hornear. Vierta sobre la mezcla de pollo. Hornee por 30 minutos o hasta que esté dorado. Para 4 personas.

**POLLO PARMESANO FRITO AL HORNO**

De la cocina de Pía

3/4 taza de pan rallado seco

1/4 taza de queso parmesano

1/4 taza de almendras picadas

1/2 taza de mantequilla blanda

2 cucharadas de perejil picado

1 cucharadita de sal

3/4 cucharadita de ajo en polvo

1/4 cucharadita de tomillo molido

1/8 cucharadita de pimienta

2 a 3 libras de trozos de pollo

Combine las migas, el queso y las almendras en una sartén. Licue la mantequilla blanda, el perejil y los condimentos en otro tazón. Unte la mezcla de mantequilla sobre el pollo; enrolle los trozos de pollo en migajas cubriendo bien. Colóquelas en un molde sin engrasar de 13 x 9 x 2 pulgadas. Hornee durante 55 a 65 minutos a 375 °grados hasta que estén dorados y tiernos. No cubra la sartén; no voltees el pollo. NOTA: para untar fácilmente la mezcla de mantequilla, seque bien los trozos de pollo.

**POLLO PARMESANO FRITO AL HORNO**

De la cocina de Pía

3/4 taza de pan rallado seco

1/4 taza de queso parmesano

1/4 taza de almendras picadas

1/2 taza de mantequilla blanda

2 cucharadas de perejil picado

1 cucharadita de sal

3/4 cucharadita de ajo en polvo

1/4 cucharadita de tomillo molido

1/8 cucharadita de pimienta

2 a 3 libras de trozos de pollo

Combine las migas, el queso y las almendras en una sartén. Licue la mantequilla blanda, el perejil y los condimentos en otro tazón. Unte la mezcla de mantequilla sobre el pollo; enrolle los trozos de pollo en migajas cubriendo bien. Colóquelas en un molde sin engrasar de 13 x 9 x 2 pulgadas. Hornee durante 55 a 65 minutos a 375 °grados hasta que estén dorados y tiernos. No cubra la sartén; no voltees el pollo. NOTA: para untar fácilmente la mezcla de mantequilla, seque bien los trozos de pollo.

**Pollo Con Semillas De Amapola**

De: Ellen Hullinger

Aproximadamente 2 libras. pollo, dorado y en cubos

2 cucharadas de semillas de amapola

2 latas de crema de pollo

3/4 cubo de mantequilla derretida

1-1/2 pinta de crema agria

pasta de cabello de ángel

1 paquete de galletas Ritz

Prepare el pollo y póngalo en un molde de 9 x 13. Mezcle la sopa y la crema agria y vierta

el pollo, mezclar. Vierta en un recipiente de 9 x 13. Triture las galletas en una bolsa ziploc con un rodillo o

utilizar procesador de alimentos. Mezclar con semillas de amapola y mantequilla derretida. espolvorear

mezcla de pollo. Hornee a 350 durante 20-25 minutos. Poner sobre cabello de ángel cocido

pasta.

**CACCIATOR RÁPIDO DE POLLO**

Para 4 personas

4 pechugas de pollo deshuesadas y sin piel

2 cucharadas de aceite de oliva

1 taza de champiñones rebanados

1 taza de calabacín en rodajas

1 lata (14,5 oz) de tomates cortados en cubitos

1 lata (8 oz) de salsa de tomate

1 cucharadita de condimento de hierbas italiano

Cocine el pollo en aceite en una sartén grande a fuego medio durante 3 a 4 minutos por cada lado o hasta que se dore. Retire el pollo y manténgalo caliente. Agrega los champiñones y el calabacín a la sartén; cocine, revolviendo ocasionalmente de 3 a 4 minutos o hasta que estén tiernos. Agregue los tomates sin escurrir, la salsa de tomate y el condimento de hierbas. Añadir sal y pimienta al gusto. Agrega el pollo; vierta la salsa sobre el pollo y cocine a fuego lento durante 15 minutos o hasta que el pollo esté cocido. Sirva con pasta, arroz o polenta, si lo desea.

**POLLO MOZZARELLA RÁPIDO**

4 porciones

4 oz de espaguetis crudos

1/2 taza de pan rallado sazonado italiano

3 cucharadas de queso parmesano rallado

4 (4 onzas) de pechugas de pollo sin piel y deshuesadas

1/4 taza de sustituto de huevo

1 cucharada de aceite de oliva

4 rebanadas (3/4 oz) de queso mozzarella semidescremado

2 1/2 tazas de salsa italiana para pasta con hierbas y sin grasa (Muir Glen)

2 cucharadas de perejil fresco picado

Cocinar pasta; escurrir bien. Mientras se cocina la pasta, prepare el pollo: sumerja el pollo en sustituto de huevo y espolvoréelo con bradcrumb / queso parmesano. mistura . Caliente el aceite; agregue el cheque y cocine por 2 minutos, por cada lado. Cubra el pollo con rodajas de mozzarella y coloque el molde en el horno. Hornee a 425 (durante 14 minutos o hasta que el pollo esté cocido.

Mientras se cocina el pollo, caliente la salsa para pasta en una cacerola mediana a fuego medio-bajo. Coloca 1/2 taza de pasta en cada plato; cubra con las pechugas de pollo y 2/3 de taza de salsa. Espolvorea con perejil.

*CALORÍAS 429; GRASA 9,4 g; PROTEÍNA 40,1g; CARBURADORES 43,5 g; FIBRA 3.3g*

**SÁNDWICH DE ENSALADA DE POLLO DE PRIMAVERA**

Sirve 3

1 lata (10 oz) de pechuga de pollo en trozos, escurrida

1/3 taza de uvas rojas sin semillas, cortadas por la mitad

1/4 taza apio finamente cortado

2 cucharadas de cebolla finamente picada

2 cucharadas de arándanos secos

2 cucharadas de pasas doradas secas

1/3 taza aderezo para ensaladas reducido en grasa

1/3 taza aderezo para ensaladas reducido en grasa

2 cucharadas de almendras naturales rebanadas

3 hojas de lechuga

3 panecillos multigrano rebanados

Combine el pollo, las uvas, el apio, la cebolla, los arándanos, las pasas y el aderezo para ensalada. Revuelva bien; cubra y enfríe al menos 1 hora. Agregue las almendras justo antes de servir. Coloque lechuga en cada una de las 3 mitades de panecillos multigrano. Cubra cada uno con la mezcla de pollo y cubra con las tapas de panecillos restantes.

**PECHUGAS DE POLLO RELLENAS**

De la cocina de Pía

4 mitades de pechuga de pollo (aproximadamente 2 libras )

1/2 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

2 cucharaditas de margarina, derretida

Caliente el horno a 375 °, engrase la sartén. Afloje la piel de la carne dejándola adherida en los extremos. Distribuya 1/4 del relleno entre la carne y la piel. Coloque la piel hacia arriba en el molde; Espolvorear con sal y pimienta. Rocíe con mantequilla. Hornee descubierto de 45 a 55 minutos. Para 4 personas.

RELLENO DE MANZANA Y AVELLANA:

1/4 taza de avellanas picadas

1 manzana mediana, picada (1 taza)

1 paquete (3 oz) de queso crema ablandado

Mezclar y esparcir sobre el pollo entre la carne y la piel.

1 porción = 320 calorías (160 calorías de grasa)

**SALSAS**

**SALSA DE CARNE ROJA DE NONNA**

De la nona Yolanda Cataldi

Rinde 8 pintas

4 zanahorias, peladas y picadas finas

Sal y pimienta al gusto

4 tallos de apio, picados (hojas también)

4 cebollas grandes, picadas

1/8 taza de perejil

4 dientes de ajo, picados

Portabrocas molido de 3 a 4 libras

Frascos de 3 cuartos de salsa de tomate

Aceite de oliva

1 lata (6 oz) de pasta de tomate

1/2 ralladura de limón

1 cucharada de albahaca

*(NOTA: Estas medidas son aproximadas; use su propio criterio al agregar más o menos).*

Muele las zanahorias, el apio, la cebolla, el ajo, la albahaca, la sal, la pimienta y el perejil en un procesador de alimentos. Ponga suficiente aceite de oliva en una olla grande para cubrir el fondo por completo. Coloque todas las verduras molidas en la olla y cocine hasta que estén cocidas; revolviendo con frecuencia. Agregue carne molida cruda a las verduras en la olla; sazone con sal y pimienta al gusto. Cuando la carne esté cocida, escurra un poco de grasa y agregue la salsa de tomate, la pasta de tomate y una lata de "pasta" llena de agua. Agregue ramitas de perejil fresco, albahaca y ralladura de limón por encima mientras hierve a fuego lento. Cocine a fuego lento hasta que el borde alrededor de la olla se oscurezca (varias horas). Vierta en frascos de una pinta o de un cuarto y ciérrelos. Se mantendrá aproximadamente 1 año.

*NOTA: Al duplicar la receta, puede duplicar todos los ingredientes excepto la carne molida y sabrá más o menos igual.*

**SALSA DE CARNE ROJA DE NONNO**

De Nonno Vasco Cataldi

1 cebolla grande, picada fina

1 1/2 libra de carne molida magra

1/2 tallo de apio, picado fino

1 (#2) lata de puré de tomate

2 o 3 dientes de ajo, machacados y picados

7 onzas de pasta de tomate

Saltee la cebolla, el apio, el ajo con la carne y cocine hasta que la carne esté blanca. Agrega sal, pimienta y un poco de glutamato monosódico al gusto. Agrega el puré de tomate; agregue la pasta de tomate más 1 lata (pasta de tomate) de agua. Cocine a fuego lento durante al menos 25 a 35 minutos.

**GLASEADO DE NARANJA (PARA JAMÓN)**

De la cocina de Pía

Mezcla:

1 lata (6 oz) de jugo de naranja congelado

1 1/4 taza de azúcar moreno

1/2 taza de salsa para bistec A1

Vierta la mitad de esta mezcla sobre 10 a 12 libras de jamón y envuélvala sin apretar en papel de aluminio. Hornee a 350 °durante 10 a 15 minutos por libra. Aproximadamente 1/2 hora antes de servir, retírelo del horno y abra el papel de aluminio. Unte generosamente con la mezcla de jugo de naranja. Aumente el fuego a 400 °dejando el papel de aluminio abierto para completar el tiempo de horneado. Rocíe frecuentemente con el resto de la salsa para darle un buen glaseado al jamón. Sirve de 6 a 8 personas.

Si lo deseas, quita la grasa de la salsa en la sartén; Vuelva a calentar la salsa y sirva con jamón para colocar por encima.

**GLASEADO DE MERMELADA DE NARANJA (PARA JAMÓN)**

De la cocina de Pía

Frote los siguientes ingredientes sobre 6 a 8 libras de jamón:

1 cucharada de mostaza molida

1 cucharadita de pimienta de Jamaica

Hornee durante 2 a 2 1/2 horas sin tapar a 325 °.

Durante los últimos 20 minutos, unte 3/4 tazas de mermelada de naranja sobre el jamón y continúe horneando sin tapar.

**RELLENO DE RAVIOLI**

De la nona Yolanda Cataldi

1 libra de paleta de cerdo

1 libra de carne asada

1 libra de ternera asada

Ase los tres trozos de carne; sazone como desee. Cuando esté cocida y fría, pase las carnes por una picadora de carne. *NOTA: Nonna agrega 1 cerebro, cocido y triturado al relleno, pero puedes usar 1 libra de salchicha de cerdo molida, cocida.*

Hervir 1 1/2 libras de espinacas; escurrir y picar. Dorar la cebolla picada en aceite de oliva o grasa del asado. Agregue las espinacas picadas y cocine por unos minutos hasta que los sabores se mezclen. Remoje 1/2 oz de champiñones secos durante 1 hora, luego pique bien y saltee con un diente de ajo picado. Humedezca 1 libra de galletas saladas en agua; agregue todos los ingredientes para asar con 3 huevos ligeramente batidos y 2 oz de queso rallado. Sazone al gusto y mezcle bien.

*NOTA: Este es un relleno excelente y también se puede usar para rellenar chuletas de cerdo.*

**SALSA RAVIOLI**

De la nona Yolanda Cataldi

1/4 libra de mantequilla (sin sustitutos)

1 diente de ajo, picado

2 cucharadas de aceite de oliva

1 lata (2 libras) de tomates

1 libra de filete redondo molido

2 oz de champiñones secos, remojados 2 horas

1 libra de paleta de cerdo molida

1 cebolla grande, picada fina

Dorar la mantequilla y el aceite. Agregue la cebolla picada, el apio y el ajo. Saltee hasta que se dore ligeramente; agregue la carne, sal, pimienta y laurel al gusto. Dorar bien. Agrega la pasta de tomate, los tomates y los champiñones. Cocine a fuego lento durante 2 horas

**GLASEADO DE FRESA (PARA JAMÓN)**

De la cocina de Pía

1 1/2 tazas de mermelada de fresa "Simply Fruit"

1/3 taza de mostaza

1/4 taza de jugo de limón

Combine todos los ingredientes en una cacerola; cocine y revuelva a fuego lento hasta que esté bien mezclado. Hornee un jamón de 5 a 7 °libras a 325 durante 1 3/4 a 2 1/2 horas. Vierta 1/2 taza de glaseado sobre el jamón durante los últimos 20 minutos de horneado. Calienta la salsa restante y sirve con jamón.

**SOPA**

**CHILE**

Rinde 12 porciones

2 libras de carne molida

1 lata (8 oz) de salsa de tomate

4 cebollas medianas, picadas

1 cucharada de azúcar

2 latas (1 libra 12 oz) de tomates cortados en cubitos

1 1/2 cucharadas de chile en polvo

2 latas (15,5 oz) de frijoles rojos

3 cucharaditas de sal

Cocine y revuelva la carne molida y la cebolla hasta que la carne esté cocida. Escurrir la grasa. Agregue los tomates, el líquido de los frijoles, la salsa de tomate y los condimentos. Calentar hasta que hierva. Reducir el calor. Cocine a fuego lento descubierto durante 1 hora y 15 minutos. Agregue los frijoles. Cocine a fuego lento 15 minutos más.

**SOPA DE FRIJOLES DE PAPÁ**

De la abuela Hilda Savoldi

2 tazas de mezcla para sopa de 10 frijoles\*

6 tazas de agua

1 lata (28 oz) de tomates, picados

2 cebollas picadas

1 diente de ajo picado (o 1/2 cucharadita de ajo en polvo)

1/2 cucharadita de pimienta

2 cucharaditas de sal\*\*

Coloque los frijoles y el agua en una tetera grande. Llevar a ebullición; tapar y hervir durante 2 minutos. Retirar del fuego y dejar reposar durante 1 hora.

Agregue todos los demás ingredientes y vuelva a hervir. Reduzca el fuego y cocine a fuego lento durante al menos 1 1/2 hora. Sirve 8

*Esta es la sopa que toma papá, siempre que puede, en su cumpleaños. NOTA: puede remojar los frijoles durante la noche en suficiente agua para cubrirlos. Escurra el agua y agregue 6 tazas como se indicó anteriormente. \*\*Además, puedes reemplazar la sal con otros condimentos, como Mrs. Dash.*

**10 - Mezcla de sopa de frijoles** (se puede comprar o hacer uno propio):

2 tazas de cada uno de frijoles pintos, blancos, lima, garbanzos, riñones, grandes del norte y negros, más 2 tazas de cada uno de guisantes de ojo negro, verdes y amarillos. Clasificar y lavar los frijoles. Mezcle en un recipiente grande y guarde los frijoles no utilizados en el refrigerador o congelador.

**SALSA DE MENÚS Y SOPA**

De la abuela Hilda Savoldi

Tome el cuello y las menudencias del pavo y hierva en una olla grande con un hueso de sopa de res y suficiente agua para cubrir todo. Después de que la sopa hierva, reduzca el fuego y cocine a fuego lento durante 2 horas. Agregue una rama de apio picado y una cebolla grande picada. Separe la cantidad deseada para la sopa y sirva.

Para salsa: conserve 3 tazas. Picar las menudencias y la carne del cuello y añadirlos al caldo. Agrega aproximadamente 3 cucharadas de harina a 1/2 taza de agua. Cuando la mezcla de harina esté combinada, agréguela a las 3 tazas de caldo. Cuando espese, agregue las carnes. Sirva caliente con pavo y patatas.

**SOPA DE PATATA CARGADA**

De Cindy Savoldi

4 patatas grandes para asar

1/2 cucharadita de pimienta

2/3 taza de margarina

4 cebollas verdes, picadas

2/3 taza de harina

12 rebanadas de tocino, cocido y desmenuzado

6 tazas de leche

1 1/4 queso cheddar rallado

3/4 cucharadita de sal

1 recipiente (8 oz) de crema agria

Hornee las patatas a 400 °durante 1 hora (o en el microondas). Retire la pulpa y deseche la piel. Derrita la margarina, agregue la harina; agregue gradualmente la leche. Cuando espese, agregue la papa, la sal, la pimienta, 2 cucharadas de cebolla verde picada, 1/2 taza de tocino y 1 taza de queso. Caliente bien la sopa; agregue la crema agria y agregue más leche, si es necesario. Sirva adornando con la cebolla restante, el tocino y el queso encima.

**SOPA DE PATATA CARGADA**

De Cindy Savoldi

4 patatas grandes para asar

1/2 cucharadita de pimienta

2/3 taza de margarina

4 cebollas verdes, picadas

2/3 taza de harina

12 rebanadas de tocino, cocido y desmenuzado

6 tazas de leche

1 1/4 queso cheddar rallado

3/4 cucharadita de sal

1 recipiente (8 oz) de crema agria

Hornee las patatas a 400 °durante 1 hora (o en el microondas). Retire la pulpa y deseche la piel. Derrita la margarina, agregue la harina; agregue gradualmente la leche. Cuando espese, agregue la papa, la sal, la pimienta, 2 cucharadas de cebolla verde picada, 1/2 taza de tocino y 1 taza de queso. Caliente bien la sopa; agregue la crema agria y agregue más leche, si es necesario. Sirva adornando con la cebolla restante, el tocino y el queso encima.

**SOPA DE HUEVO DE MAMÁ**

De la cocina de Pía

4 tazas de caldo de pollo

1/2 taza de queso parmesano rallado

1/3 taza de apio cortado en cubitos

1 huevo batido

1 cucharada de cebolla picada

migas de pan

sal al gusto

Coloque el caldo de pollo en una cacerola, agregue el apio y la cebolla. Tape y cocine a fuego lento durante 10 minutos a fuego medio. Mezclar el huevo batido, el queso y suficiente pan rallado hasta que se absorba. Agregue la mezcla de huevo al caldo de pollo, revolviendo constantemente durante 2 o 3 minutos hasta que el huevo se separe en pedazos. Servir inmediatamente. Aproximadamente 4 porciones.

**SOPA RÁPIDA DE VERDURAS**

De la cocina de Pía

1 libra de carne molida

1/2 taza de apio cortado en cubitos

1 lata grande de puré de tomate

1 cebolla, picada

2 tazas de papas, cortadas en cubitos

1 cucharada de sal

2 zanahorias, cortadas en cubitos

1/4 taza de arroz crudo

1/8 cucharadita de pimienta

1 3/4 tazas de agua

Dore la carne molida en una olla grande; escurrir la grasa. Cuando la carne esté dorada agregue los ingredientes restantes. Cuando la mezcla esté humeando, reduzca el fuego y cocine durante 45 a 60 minutos. Sirve de 4 a 6 personas.

**SOPA DE TACOS**

De vigilantes del peso

1 libra de carne molida magra

1 cebolla mediana, picada fina

1 lata de frijoles, sin escurrir

1 lata de frijoles refritos sin grasa

1 lata de chiles picados, sin escurrir

1 lata de maíz, sin escurrir

1 lata (16 oz) de tomates cortados en cubitos

1 lata (15 oz) de salsa de tomate

1 1/2 tazas de agua

1 lata de frijoles con chile estilo mexicano

1 paquete de condimento para tacos

1 paquete de Hidden Valley Ranch (sin suero de leche)

Saltee la carne y la cebolla; escurrir la grasa si es necesario. Mezcle los ingredientes restantes con la mezcla de carne y cocine a fuego lento durante 30 minutos.

Rinde 3 1/2 cuartos ( congelable ). 1 taza equivale a 2 puntos de Weight Watcher.

*Esta es una sopa realmente buena; sin embargo, ¡tenga cuidado con el efecto de "frijoles"!*

**CHILE DE TURQUÍA**

De la cocina de Pía

2 cucharadas de aceite

2 libras de pavo molido

1/2 taza de cebolla picada

2 dientes de ajo, picados

1 lata (28 oz) de tomates cortados en cubitos

1 lata (30 oz) de frijoles

2 cucharadas de chile en polvo

1 cucharada de pimentón

2 cucharaditas de comino

1 cucharadita de sal

Pimienta al gusto

1 lata (46 oz) de jugo de tomate

Cocine el pavo y la cebolla en aceite; escurrir la grasa. Agregue el ajo, el chile en polvo, los tomates, los condimentos y el jugo de tomate. Llevar a ebullición y agregar los frijoles, sin escurrir. Cocine a fuego lento durante 1 hora. Sirve 8

321 calorías, 35% de grasa

**VERDURAS**

**PATATAS GRATINADAS**

Rinde 140 porciones

20 libras de papas (prefiero las rojas o las de Idaho) (5#)

4 latas (10 3/4 oz.) de crema de apio (1 lata)

2 cuartos Leche (2 tazas)

1/2 taza de harina (1/8 taza)

6 libras de queso americano procesado, en cubos (como Velveeta) (1 1/2#)

2 cucharaditas de Pimienta (1/2 cucharadita)

2 cucharaditas de pimentón (1/2 cucharadita)

Cocine, pele y corte las patatas. Coloque 6 tazas en cada uno de los 8 moldes engrasados de 13 x 9. (Divida uniformemente y colóquelo en 2 moldes engrasados de 13 x 9)

Combine la sopa, la leche y la harina en una cacerola y déjela hervir (revolviendo constantemente para que el fondo no se queme). Cocine 2 minutos hasta que espese. Agrega el queso, la pimienta y el pimentón hasta que el queso se derrita. Vierta 2 1/4 tazas de salsa en cada recipiente. (Vierta la mitad en cada molde). Hornee a 350 °C °durante 40 minutos. Destape y hornee de 5 a 10 minutos hasta que burbujee y comience a dorarse.

*La receta completa rinde 140 porciones de 1 taza. (¡Las cantidades entre paréntesis todavía dan mucho! Pero se calienta muy bien).*

**PATATAS GRATINADAS**

De la cocina de Pía

8 tazas de papas peladas y cortadas en cubitos

1/4 taza de margarina

2 cucharadas de harina

3/4 cucharadita de sal

1/8 cucharadita de pimienta

1 1/2 taza de leche

1 libra de queso americano procesado

Cocine las patatas hasta que estén cocidas. Escurrir y colocar en una fuente para hornear de 2 1/2 cuartos. Derrita la margarina en una cacerola, agregue la harina, la sal y la pimienta; agregue la leche revolviendo constantemente. Agregue el queso y revuelva hasta que se derrita. Vierta la salsa sobre las patatas; cubra y hornee durante 45 a 50 minutos a 350 °. Sirve 12

**ESPINACAS AL HORNO**

De la cocina de Pía

2 paquetes (10 oz) de espinacas picadas

2 paquetes (3 oz) de queso crema

4 cucharadas de margarina

1/4 cucharadita de sal

1/2 taza de pan rallado

Cocine las espinacas según las instrucciones y escúrralas. Agrega el queso crema, 2 cucharadas de margarina y sal. Colóquelo en una fuente para hornear de 1 litro. Derrita 2 cucharadas de margarina y mezcle con pan rallado. Espolvoree las migas encima y hornee a 350 °durante 20 minutos.

*Rinde de 4 a 6 porciones*

**BRÓCOLI Y LIMA AL HORNO**

De la tía Eileen Savoldi

Paquete de 10 oz de brócoli congelado, picado

Paquete de 10 oz de habas congeladas

1 lata de crema de champiñones

1 taza de crema agria

1 sobre de mezcla para sopa de cebolla, seca

1 lata de castañas de agua en rodajas, escurridas

2 tazas de cereal de arroz crujiente

4 cucharadas de margarina

Cocine las verduras hasta que estén apenas tiernas y escúrralas. Licue las sopas y la crema agria; agregue las verduras y agregue las castañas de agua. Vierta en un plato untado con mantequilla de 8 x 12. Dore ligeramente el cereal en margarina y extiéndalo sobre la cazuela. Cubra sin apretar con papel aluminio y hornee durante 30 minutos a 350 °.

**BROCOLI A LA CASEROLA**

De Eileen Savoldi

2 paquetes (10 oz) de brócoli picado congelado

3 cebollas medianas, en cuartos

1/4 taza de mantequilla

2 cucharadas de harina

1/4 cucharadita de sal

1 taza de leche

1 paquete (3 oz) de queso crema

1/2 taza de queso picante rallado

1 taza de pan rallado

Cocine el brócoli; drenar. Cocine las cebollas en agua hirviendo con sal. En una cacerola, derrita la margarina; mezcle la harina, la sal y agregue la leche. Cocine, revolviendo constantemente, hasta que espese. Reducir el fuego; mezcle el queso crema hasta que quede suave. Coloque todo en una cacerola de 3 cuartos. Vierta la mezcla de salsa por encima. Hornee a 350 °durante 40 a 45 minutos.

**COLES DE BRUSELAS CON TOCINO Y PECANAS**

De la cocina de Pía

1 1/2 libra de coles de Bruselas frescas

4 rebanadas de tocino

1 cucharadita de harina

1 cucharada de azúcar moreno

1 cucharada de agua

1 cucharada de vinagre de sidra

1 cucharadita de mostaza Dijon

1/4 taza de nueces picadas

Corta una "X" en cada col de Bruselas . Coloque los brotes en una cacerola pesada y cúbralos con agua. Cocine hasta que estén tiernos.

Cocine el tocino, escúrralo y déjelo enfriar. Reserve 2 cucharadas de tocino chorreando y agregue harina. Revuelva a fuego medio hasta que burbujee. Alejar del calor. Combine el azúcar morena, el agua, el vinagre y la mostaza y revuelva con la grasa del tocino. Vierta sobre los brotes escurridos. Espolvorea con nueces y sirve.

**COLES DE BRUSELAS con TOCINO Y PECANAS**

*6 porciones (1/2 taza)*

1 1/2 libra de coles de Bruselas frescas

4 rebanadas de tocino

1 cucharadita de harina

1 cucharada de azúcar moreno

1 cucharada de agua

1 cucharada de vinagre de sidra

1 cucharadita de mostaza Dijon

1/4 taza de nueces picadas

Lave y recorte los brotes; Corta una X en la base de cada uno. Colóquelo en una cacerola; agregue suficiente agua para cubrir. Hervirlo. Reduzca el fuego y cocine a fuego lento de 8 a 10 minutos hasta que estén tiernos.

En una sartén cocine el tocino hasta que esté crujiente. Escurrir reservando 2 cucharadas de grasa; Frío. Agrega harina a la grasa; cocine y revuelva a fuego medio hasta que burbujee. Alejar del calor. Combine el azúcar morena, el agua, el vinagre y la mostaza; mezclar bien. Agregue gradualmente la grasa. Escurrir los brotes; colóquelo en un tazón para servir. Agrega el aderezo; revuelva suavemente. Desmenuza el tocino por encima. Espolvorea con nueces. Servir caliente.

**COLES DE BRUSELAS con TOCINO Y PECANAS**

*6 porciones (1/2 taza)*

1 1/2 libra de coles de Bruselas frescas

4 rebanadas de tocino

1 cucharadita de harina

1 cucharada de azúcar moreno

1 cucharada de agua

1 cucharada de vinagre de sidra

1 cucharadita de mostaza Dijon

1/4 taza de nueces picadas

Lave y recorte los brotes; Corta una X en la base de cada uno. Colóquelo en una cacerola; agregue suficiente agua para cubrir. Hervirlo. Reduzca el fuego y cocine a fuego lento de 8 a 10 minutos hasta que estén tiernos.

En una sartén cocine el tocino hasta que esté crujiente. Escurrir reservando 2 cucharadas de grasa; Frío. Agrega harina a la grasa; cocine y revuelva a fuego medio hasta que burbujee. Alejar del calor. Combine el azúcar morena, el agua, el vinagre y la mostaza; mezclar bien. Agregue gradualmente la grasa. Escurrir los brotes; colóquelo en un tazón para servir. Agrega el aderezo; revuelva suavemente. Desmenuza el tocino por encima. Espolvorea con nueces. Servir caliente.

**ÑAME CONFITADO**

De la cocina de Pía

Hierva los ñames, luego pélelos y córtelos por la mitad a lo largo (alrededor de 3 a 5 libras ).

*Revuelva y hierva lo siguiente:*

2 tazas de agua

1 taza de azúcar moreno

1 cucharadita de colorante alimentario amarillo

Coloque las patatas en una fuente para horno y cúbralas con la mezcla de agua. Hornee a 3250 °hasta que esté dorado y suave.

**ZANAHORIAS DE EMPRESA**

De la cocina de Pía

2 libras de zanahorias pequeñas

1/4 taza de agua

1/4 taza de margarina

1 cucharadita de orégano seco

1/2 cucharadita de sal

Coloque las zanahorias en una fuente para hornear pequeña. Agrega agua y salpica con mantequilla. Espolvorea con orégano y sal. Cubra y hornee durante 1 1/2 horas a 325 °.

**PATATAS AL HORNO DE LUJO**

De la cocina de Pía

4 patatas medianas

1 cucharadita de sal

2 - 3 cucharadas de mantequilla o margarina derretida

2 - 3 cucharadas de hierbas frescas o secas picadas, como tomillo, perejil, salvia y cebollino

4 cucharadas de queso cheddar rallado

1 1/2 cucharada de queso parmesano

Frote y enjuague las patatas. Corte las papas en rodajas finas; no las corte completamente (use el mango de una cuchara de madera y colóquela al lado de la papa al cortar; las papas se cortarán pero aún estarán unidas). Espolvorea cada uno con sal y hierbas al gusto. Rocíe las patatas con mantequilla. Coloca cada papa sobre un trozo de papel de aluminio y ciérralo bien. Hornee a 425 °durante 50 minutos. Retire las patatas del papel de aluminio y espolvoree con queso. Hornee otros 10 a 15 minutos hasta que se dore, los quesos se derritan y las papas estén suaves.

**JUDÍA VERDE SUPREMA**

De la cocina de Pía

1 paquete de judías verdes cortadas en francés congeladas

1 lata de crema de champiñones

1 lata de aros de cebolla fritos

Cocine los frijoles según las instrucciones del paquete; escurrir reservando el líquido. Caliente la sopa y agregue una pequeña cantidad del líquido de frijoles reservado. Vierta la sopa sobre los frijoles cocidos y vierta en una cacerola untada con mantequilla. Calienta en °el horno a 350 hasta que esté bien caliente. Espolvoree los aros de cebolla encima y regrese al horno hasta que los aros de cebolla estén dorados.

**CAZUELA DE MAÍZ JIFFY**

Desde la estaca Scranton

4 huevos

2 cajas de mezcla para muffins de maíz

1 lata (16 oz) de crema de maíz

2 latas (11 oz) de maíz, escurridas

1 litro de crema agria

1 taza de margarina, derretida

Pimiento rojo y verde, cortado en cubitos

Mezcle todos los ingredientes y hornee en un molde de vidrio de 9 x 13 untado con mantequilla durante 30 minutos a 325 °. Espolvorea con 1/2 taza de queso cheddar rallado y hornea 10 minutos más.

**ZANAHORIAS GLASEADAS CON LIMÓN**

Desde la estaca Scranton

1 1/2 libra de zanahorias, cortadas en rodajas de 1/2 pulgada

3 cucharadas de azúcar moreno

3 cucharadas de jugo de limón

1/4 cucharadita de sal

3 cucharadas de margarina derretida

En una cacerola pesada, cubra las zanahorias con agua y déjelas hervir. Reduzca el fuego y cocine a fuego lento durante 10 a 12 minutos. Derrita la mantequilla en otra cacerola y agregue el azúcar moreno, el jugo de limón y la sal. Escurre las zanahorias y agrega la mezcla de mantequilla. Revuelva suavemente y sirva. (Opcional: agregue cáscara de limón rallada encima).

**PREPARAR PURÉ DE PATATAS**

Desde la estaca Scranton

Sirve 12

10 patatas grandes, peladas y cortadas en cuartos

1 taza de crema agria

1 paquete (8 oz) de queso crema

6 cucharadas de margarina

2 cucharadas de cebollas secas picadas

1 cucharadita de sal

Cubrir las patatas con agua y hervir durante 20 minutos. Escurrir y triturar. Agrega la crema agria, el queso crema y 4 cucharadas de margarina, la cebolla y la sal. Revuelva hasta que quede suave. Extienda en una fuente para hornear de 13 x 9 pulgadas. Rocíe 2 cucharadas de margarina por encima. Refrigere u hornee a 250 °por 40 minutos, tapado; luego hornea 20 minutos más sin tapar. NOTA: Si se prepara con anticipación y se refrigera, déjelo reposar a temperatura ambiente durante 30 minutos antes de hornear.

**CAZUELA DE SETAS - JUDÍAS VERDES**

De la cocina de Pía

1 libra de champiñones frescos, rebanados

1 cebolla, picada

1/2 taza de margarina

1/4 taza de harina

1 taza de crema mitad y mitad

1 frasco de salsa de queso procesado

2 cucharaditas de salsa de soja

1/2 cucharadita de pimienta

1/8 cucharadita de salsa de pimiento picante

1 lata (8 oz) de castañas de agua, en rodajas

2 paquetes (16 oz) de judías verdes cortadas en francés congeladas

almendras fileteadas para decorar

Saltear los champiñones, la cebolla y la margarina. Agregue la harina hasta que se mezcle. Agregue gradualmente la crema. Hervir y revolver durante 2 minutos y agregar la salsa de queso, la salsa de soja, la salsa de pimienta y la pimienta. Revuelva hasta que el queso se haya derretido. Coloque los frijoles en una cacerola de 3 cuartos. Cubra con la mezcla de salsa de champiñones. Espolvorea con almendras. Hornear a 375 °fo4 25 - 30 minutos. Sirve 14.

**GUISANTES AMANDINE**

Sirve 8

1 paquete (16 oz) de guisantes congelados

1/4 taza de almendras fileteadas

3 cucharadas de mantequilla

1/4 cucharadita de sal

1/4 taza de cebolla picada

1/8 cucharadita de pimienta

1 frasco de champiñones, escurridos y rebanados

Cocine los guisantes según las instrucciones del paquete. En una sartén saltee las almendras y agréguelas a los guisantes. En la misma sartén saltee los champiñones y la cebolla. Añadir a los guisantes. Sazone y sirva.

**SARTÉN RÁPIDO DE VERANO**

De la cocina de Pía

*Saltee en una sartén grande unos 5 minutos:*

1/2 taza de margarina

1/2 taza de cebollas, cortadas en aros

*Agregar:*

2 tazas de calabacín y calabaza amarilla en rodajas

1 cucharada de sal

1/4 cucharadita de pimienta

Cocine 10 minutos más a fuego medio y agregue:

3 tazas de tomates frescos cortados en cubitos

Cocine otros 10 a 15 minutos hasta que la calabaza esté tierna.

**FRIJOLES HORNEADOS REALES**

De la cocina de Pía

1 libra de frijoles blancos pequeños (2 tazas)

2 cebollas, rebanadas

2 hojas de laurel

1 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

Hueso de jamón o sobras de jamón

2 tazas de salsa de tomate

2 tazas de azúcar moreno claro

1/3 taza de vinagre

1 cucharada de mostaza seca

2 a 3 cucharadas de salsa inglesa

El día antes de servir: remoje los frijoles en agua fría, tapados, durante la noche (el agua debe cubrir los frijoles por completo). Al día siguiente: escurrir los frijoles; enjuague con agua fría. Conviértalo en una olla de 6 cuartos y cubra con 5 tazas de agua. Agrega la cebolla, las hojas de laurel, la sal, la pimienta, el hueso de jamón y/o el jamón sobrante.

Llevar a ebullición; reduzca el fuego y cocine a fuego lento durante 1 hora o hasta que los frijoles estén tiernos. Añadir más agua si es necesario. Retire el hueso de jamón y las hojas de laurel.

Para hornear: precaliente el horno a 350 °. Escurrir la mezcla de frijoles reservando el líquido. Convierta los frijoles en una fuente para hornear de 4 cuartos; agregue salsa de tomate, azúcar morena, vinagre, Worcestershire y mostaza. Mezclar bien para combinar. Agregue suficiente líquido reservado para cubrir los frijoles. Hornee tapado durante 3 horas. Rinde de 8 a 10 porciones

**BRÓCOLI COCIDO A LENTO**

De la cocina de Pía

2 paquetes (10 oz) de brócoli picado

1 lata (13,75 oz) de crema de apio

1 1/2 taza de queso cheddar rallado

1/4 taza de cebolla picada

1/2 cucharadita de salsa inglesa

1/4 cucharadita de pimienta

1 taza de galletas saladas trituradas

2 cucharadas de margarina

Combine todo excepto 1/2 taza de queso y las galletas saladas en una olla de cocción lenta engrasada (olla de barro). Espolvoree las migas encima y salpique con mantequilla. Cocine a temperatura alta durante 2 1/2 a 3 horas. Espolvorea con el queso restante, tapa y cocina 10 minutos más. Rinde de 8 a 10 porciones.

**SUPREMO DE PATATA DULCE**

Desde la estaca Scranton

4 1/2 tazas de ñame cocido, pelado y triturado (no use ñame enlatado)

3/4 taza de azúcar

3 huevos batidos

3/4 taza de leche evaporada

1/2 cucharadita de sal

2 cucharaditas de vainilla

1 barra de margarina, derretida

Mezcle todos los ingredientes y viértalos en una fuente para hornear de vidrio de 9 x 13 pulgadas untada con mantequilla.

ADICIÓN:

1 1/2 tazas de azúcar moreno

1/2 taza de harina

1 barra de margarina, derretida

1 1/2 taza de nueces picadas

Mezcle los ingredientes de la cobertura y espolvoree sobre la mezcla de papa. Hornee a 350 °por 30 minutos. Espolvorea mini malvaviscos encima y hornea otros 5 minutos.

*Se trata de un boniato muy dulce, pero excelente y un buen plato de compañía.*

**CAZUELA DE TRES FRIJOLES**

De Kim Savoldi

2 cebollas grandes, cortadas en rodajas y separadas en aros

1 1/2 cucharadita de ajo en polvo

1 cucharadita de mostaza seca

1/2 taza de azúcar moreno

1/4 taza de vinagre de manzana

1 lata (16 oz) de frijoles rojos oscuros, escurridos

1 lata (16 oz) de garbanzos, escurridos

1 lata (16 oz) de habas, escurridas

Coloque los aros de cebolla, el ajo en polvo, la mostaza, el azúcar moreno y el vinagre en una sartén grande. Cubrir; cocina 20 minutos a fuego medio.

Combine los frijoles en una cacerola de 3 cuartos. Agregue la mezcla de cebolla y hornee tapado durante 45 minutos a 350 °. Sirve 10.

*Esta es una de las recetas de frijoles favoritas de Kim (¡y a ella le encantan los frijoles!). NOTA: No es necesario que utilices estos tres frijoles; cualquier variedad funcionará.*

**ENSALADAS VEGETALES**

**ENSALADA ASIÁTICA DE PEPINO**

Para 4 personas

1 ½ pepinos, pelados y picados

1 cucharadita de sal

1 chile jalapeño, sin semillas, picado

2 cucharadas de vinagre de arroz

2 cucharadas de aceite de sésamo oriental

1 cucharada de salsa de soja

2 cucharaditas de azúcar

Coloca los pepinos en un tazón mediano. Espolvorea con sal. Sacudida. Enfriar 1 hora. Escurrir los pepinos y devolverlos al bol. Combine los ingredientes restantes en otro tazón. Vierta sobre los pepinos y revuelva para cubrir.

**ENSALADA DE FRIJOLES**

De la cocina de Pía

1 lata (16 oz) de frijoles rojos, escurridos

1 lata (15 oz) de habas, escurridas

1 lata (14,5 oz) de judías verdes, escurridas

1 lata (14,5 oz) de frijoles encerados, escurridos

1 taza de apio en rodajas

1 pimiento verde, picado

1/2 taza de cebolla en rodajas finas

Mezcle todos los ingredientes en una ensaladera grande y transparente.

VENDAJE:

1/3 taza de vinagre

1/4 taza de aceite

1 1/2 cucharadita de mostaza molida

1 cucharadita de tomillo

1/2 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

1/4 cucharadita de ajo en polvo

Mezcle el aderezo y vierta sobre los frijoles. Refrigere al menos 3 horas; mejor si se sirve al día siguiente. Rinde de 10 a 12 porciones. (Ideal para picnics)

**ENSALADA DE BAYAS Y MANDARINA**

*12 porciones (1 taza)*

*VENDAJE*

1/4 taza de azúcar

2 cucharadas de vinagre

2 cucharadas de miel

1 1/4 cucharadita de jugo de limón

1/2 cucharadita de pimentón

1/2 cucharadita de mostaza molida

1/2 cucharadita de cebolla rallada

1/4 cucharadita de semilla de apio

pizca de sal

Mezcle todos los ingredientes y cocínelos en el microondas durante 1 1/2 - 2 minutos o hasta que el azúcar se disuelva, luego agregue 1/3 de taza de aceite.

*ENSALADA*

8 tazas de verduras mixtas

2 tazas de fresas en rodajas

1 lata (11 oz) de mandarinas, escurridas

1 cebolla dulce mediana, cortada en aros

1/3 taza de almendras fileteadas, tostadas

4 tiras de tocino cocido y desmenuzado

Mezclar y mezclar con el aderezo.

**ENSALADA DE ENSALADA DE BRÓCOLI**

De Terri Foye

2 paquetes de fideos ramen (estilo oriental)

1 paquete (16 oz) de ensalada de brócoli

6 cebollas verdes

1/2 taza de semillas de sésamo

1 paquete (aproximadamente 1/4 libra ) de almendras fileteadas

1 barra de margarina derretida

Triturar los fideos; mezclar con semillas de sésamo, nueces y mantequilla. Colóquelo en una fuente para horno y hornee a 400 °hasta que esté dorado (revolviendo después de 5 minutos; cocine entre 5 y 7 minutos más). Escurrir sobre papel toalla y poner en una bolsita. Cuando esté listo para servir la ensalada, agregue la ensalada de repollo y la cebolla con la mezcla de fideos. Mezcle con el aderezo.

*VENDAJE:*

1 taza de aceite

2/3 tazas de azúcar

1/2 taza de vinagre de sidra

2 paquetes de condimento para ramen

1/2 cucharadita de pimienta

2 cucharadas de salsa de soja

Esto requiere mucho vestirse. Quizás quieras reducir a la mitad esta receta o guardarla para otra ensalada. También puede agregar pollo o camarones cocidos cortados en cubitos para variar.

**ENSALADA DE ENSALADA DE BRÓCOLI**

De Terri Foye

2 paquetes de fideos ramen

1/2 taza de semillas de sésamo

Paquete de 16 oz de ensalada de brócoli

1 barra de margarina derretida

6 cebollas verdes, picadas

Triturar los fideos; mezclar con semillas de sésamo, nueces y mantequilla. Colóquelo en una fuente para horno y hornee a 400 °C °hasta que esté dorado. Revuelva bien después de los primeros 5 minutos y luego hornee otros 5 a 7 minutos más. Escurrir sobre papel toalla y poner en una bolsa de plástico. Cuando esté listo para servir la ensalada, agregue la ensalada de repollo y la cebolla con la mezcla de fideos y mezcle con el aderezo debajo.

ADEREZO *:(esto hace mucho aderezo, es posible que desees reducir esta receta a la mitad)*

1 taza de aceite

2 paquetes de condimento para ramen

2/3 taza de azúcar

1/2 cucharadita de pimienta

1/2 taza de vinagre de sidra

2 cucharadas de salsa de soja

NOTA: puede agregar pollo o camarones cocidos cortados en cubitos para variar.

**ENSALADA DE COLIFLOR**

Sirve 6 - 8

4 tazas de florecillas de coliflor

¼ taza de agua

1/3 taza de pimiento rojo dulce, picado en trozos grandes

2 cucharadas de cebolla verde, en rodajas

1 cucharada de pasas doradas

6 aceitunas negras, en cuartos

¼ taza de aceite de oliva

2 cucharadas de vinagre

½ cucharadita de sal

1/8 cucharadita de pimienta

Coloque los floretes de coliflor en agua y cocine hasta que estén tiernos. Escurrir y enjuagar con agua fría, escurrir bien. Agregue el pimiento rojo, la cebolla, las pasas y las aceitunas. Batir el aceite, el vinagre, la sal, el romero y la pimienta. Vierta sobre las verduras. Deje marinar unos 30 minutos antes de servir. Rinde de 6 a 8 porciones.

*Sirva esta ensalada picante tibia o fría. La tierna coliflor contrasta bien con la pimienta crujiente y las pasas masticables.*

**ENSALADA CREMOSA DE PASTA ITALIANA**

Rinde 6 porciones

1 taza de mayonesa

2 cucharadas de vinagre de vino tinto

1 diente de ajo, picado

1 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

Mezcla bien estos cinco ingredientes.

1 1/2 tazas de pasta, cocida, enjuagada y escurrida

1 taza de tomates cherry

1/2 taza de pimiento verde, picado

1/2 taza de aceitunas maduras

Agregue al aderezo y mezcle bien. Enfriar.

**CUADRADOS DE ENSALADA DE ARÁNDANO HELADO**

*12 porciones*

1 paquete de 8 onzas. queso crema, ablandado

1 lata de 14 oz de leche condensada azucarada

1/4 taza de mayonesa

2 cucharadas de jugo de limón

1 lata de 16 oz de salsa de arándanos en gelatina

1 paquete de 16. cerezas dulces congeladas

1 lata de 20 oz de piña triturada, escurrida

2 cucharadas de nueces picadas

En un tazón grande, combine el queso crema, la leche condensada, la mayonesa y el jugo de limón; batir hasta que quede suave y esponjoso. Agrega la salsa de arándanos; mezcle a velocidad baja hasta que se mezclen. Incorpora las cerezas y la piña. Vierta en una fuente para hornear de 13 x 9 sin engrasar. Espolvorea con nueces. Cubrir; congelar durante 6 horas hasta que esté firme.

Para servir, déjelo reposar a temperatura ambiente durante 30 min o hasta que se ablande un poco. Cortar en cuadrados **.**

**ENSALADA CONGELADA DE LA ABUELA**

De la abuela Hilda Savoldi

1 repollo mediano, rallado o picado

1 cucharadita de sal

*Mezclar sal y repollo y dejar reposar durante 1 hora. Exprima el líquido y agregue:*

1 zanahoria rallada

1 pimiento rojo o verde picado o rallado

*Mientras se cuaja esta mezcla, prepara este aderezo:*

1 taza de vinagre

1 cucharadita de semilla de mostaza

1/4 taza de agua

1 cucharadita de semilla de apio

2 tazas de azúcar

Hierva los ingredientes del aderezo a fuego medio y luego enfríe hasta que estén tibios. Vierta sobre la mezcla de repollo y mezcle bien. Poner en recipientes de plástico y congelar. (Se puede volver a congelar).

**ENSALADA DE COL AGRIDULCE DE LA ABUELA**

De la abuela Hilda Savoldi

3 huevos, ligeramente batidos

1/2 taza de azúcar

1/2 taza de vinagre

1 cucharada de mantequilla

Una pizca de sal y pimienta

1 repollo mediano, rallado

Coloque los huevos, el vinagre y el azúcar en una cacerola y mezcle hasta que estén bien mezclados. Cocine a fuego lento y hierva hasta que espese, revolviendo constantemente. Cuando hierva, agregue sal, pimienta y mantequilla revolviendo hasta que la mantequilla se derrita. Deje enfriar y agregue al repollo. Para 6.

*(Este aderezo se puede refrigerar en un recipiente herméticamente cerrado y usarse para ensalada de frijoles o ensalada de frutas).*

**ENSALADA DE FRIJOLES CALIENTE**

De la cocina de Pía

2 tiras de tocino

1/2 cucharadita de mostaza

1/3 taza de cebolla

1/4 taza de vinagre

3 tazas de frijoles secos, cocidos

1/4 taza de agua

sal y pimienta para probar

Dore el tocino en una sartén, agregue la cebolla y cocine hasta que esté cocido. Agregue los frijoles y los ingredientes restantes y cocine a fuego lento hasta que los frijoles hayan absorbido todo el líquido del tocino. Sazone al gusto y sirva caliente. Para 4 personas.

**Ensalada De Espinacas En Capas**

Un excelente plato preparado con anticipación para comidas compartidas, picnics y reuniones en el patio trasero, ¡que también es deliciosamente diferente de las ensaladas en capas habituales!

9 onzas de tortellini de queso crudo refrigerados   
2 tazas de repollo rojo rallado 6 tazas de espinacas picadas 1 taza de tomates cherry, cortados por la mitad 1 taza de cebollas verdes en rodajas 1 taza de aderezo ranch preparado 8 a 10 rebanadas de tocino ahumado, cocido y desmenuzado

1. Cocine los tortellini según las instrucciones del paquete; escurrir y enjuagar con agua fría.
2. En un plato de vidrio de 13 x 9 x 2 pulgadas, coloque capas de repollo, espinacas, tortellini, tomates y cebollas verdes.
3. Vierta el aderezo uniformemente por encima y espolvoree con tocino; cubrir. Refrigera hasta el momento de servir.

Rinde 8 porciones.

**ENSALADA DE VERDURAS EN CAPAS LITE**

12 porciones

1 cabeza de lechuga, cortada en trozos pequeños (10 tazas)

1/2 taza de cebollas verdes picadas

3/4 taza de mayonesa baja en calorías

1/2 taza de crema agria ligera

1/2 taza de pimiento verde picado

1/2 taza de apio en rodajas

1 1/2 tazas de guisantes congelados , cocidos y enfriados

1 taza de tomates cherry partidos por la mitad

3/4 taza de queso romano o parmesano rallado

4 rebanadas de tocino, crujientes y desmenuzadas

Coloque capas de lechuga y cebolla en un tazón grande o en un molde de 13 x 9. Combine la mayonesa y la crema agria en un tazón pequeño; mezclar bien. Vierta 1/2 taza de la mezcla de mayonesa sobre la cebolla y la lechuga. Cubra con apio, pimiento morrón, guisantes y tomates. Extienda la mezcla de mayonesa restante por encima. Espolvorea con queso y tocino. Cubrir; refrigere al menos 8 horas o toda la noche. Si lo desea, revuelva antes de servir.

**ENSALADA DE LECHUGA NARANJA**

De la cocina de Pía

8 tazas de verduras para ensalada de su elección

3 cebollas verdes en rodajas

1 lata (15 oz) de mandarinas, escurridas

VENDAJE:

1/4 taza de aceite

2 cucharadas de perejil picado

2 cucharadas de vinagre

1/2 cucharadita de sal

2 cucharadas de azúcar

4 gotas de salsa de pimiento picante

Mezcle los ingredientes del aderezo hasta que estén bien mezclados.

Mezcle la ensalada con el aderezo y 1/4 taza de almendras tostadas y fileteadas.

**ENSALADA DE LA NOCHE**

De la cocina de Pía

Sirve 50

2 paquetes (10 oz) de espinacas frescas, limpias

8 huevos duros , rebanados

1 libra de tocino, cocido y desmenuzado

1/2 libra de champiñones rebanados

1 - 2 cabezas de lechuga romana

3/4 taza de cebolla morada picada

2 tazas (16 onzas) de crema agria

2 tazas de mayonesa

1/2 taza de jugo de limón

1 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta

1 paquete (10 oz) de guisantes congelados

1/2 taza de queso cheddar rallado

Coloque capas de espinacas, huevos, tocino, champiñones y cebolla en uno o dos ensaladeras grandes y transparentes. Combine la crema agria, la mayonesa, el jugo de limón, la sal y la pimienta. Distribuya uniformemente sobre la ensalada. Espolvorea con queso. Cubra y enfríe durante 12 a 25 horas. Rinde 50 porciones de 1 taza

**ENSALADA DE FRIJOLES DEL SUDOESTE**

De la cocina de Pía

1 lata (16 oz) de frijoles rojos, escurridos

1 lata (15 oz) de frijoles negros, escurridos

1 lata (14,5 oz) de garbanzos, escurridos

1 tomate cortado en cubitos

1 taza de maíz congelado

1 cebolla picada

1/2 taza de apio picado

Mezcle todos los ingredientes en una ensaladera grande y transparente.

VENDAJE:

3/4 taza de salsa espesa y con trozos

1 1/2 cucharadita de chile en polvo

1/4 taza de aceite

1 cucharadita de sal

1/4 taza de jugo de lima

1/2 cucharadita de comino molido

Mezcle los ingredientes del aderezo hasta que estén bien mezclados; vierta sobre los frijoles y mezcle bien. Enfríe al menos 6 horas antes de servir. Rinde 10 porciones

**ENSALADA DE ESPINACA**

De Cindy Savoldi

2 libras de espinacas, limpias

1 cebolla morada

1 lechuga pequeña

3/4 libra de champiñones frescos, rebanados

3/4 libra de queso suizo rallado

1 taza de requesón escurrido

1/2 libra de tocino, cocido y desmenuzado

*ADEREZO DE SEMILLAS DE AMAPOLA:*

3/4 cucharadas de semilla de amapola

3/4 taza de aceite

3/4 cucharadas de cebolla rallada (fresca)

1/3 cucharadas de mostaza preparada

1/3 taza de vinagre blanco

1/2 taza de azúcar

3/4 cucharadas de sal

Licúa bien el aderezo. Vierta sobre la ensalada y revuelva justo antes de servir.

**ENSALADA DE ESPINACAS MEZCLADAS**

De la cocina de Pía

1 paquete (10 oz) de espinacas desmenuzadas, limpias

1 libra de champiñones rebanados

1/2 libra de tocino, cocido y desmenuzado

1 taza de queso cheddar rallado

3 huevos duros , rebanados

3 cebollas verdes, en rodajas

Mezcle todos los ingredientes en una ensaladera grande y transparente.

*VENDAJE:*

1 taza de salsa de tomate

1 cucharadita de sal

3/4 taza de vinagre

1 cucharadita de salsa inglesa

3/4 taza de aceite

1/2 taza de azúcar

Licue bien los ingredientes del aderezo. Rocíe sobre la ensalada y revuelva. Sirve 12.

**ENSALADA CÉSAR DEL TÍO RAY**

De Ray Cataldi

En un bol grande de madera sin terminar, tritura 2 dientes de ajo y 1 cucharadita de sal. Tritúrelo por todo el bol y luego agregue:

6 cucharadas de aceite de maíz

2 cucharadas de vinagre de vino

1/2 cucharadita de salsa inglesa

1 cucharadita de mostaza seca

1 cucharadita de pimienta negra

1 cucharada de queso parmesano

Jugo de 1/2 limón

1 huevo (sólo yema)

4 filetes de anchoas

Mezcle todos los ingredientes, excepto las anchoas. Trituramos las anchoas por todo el bol.

Limpie 1 libra de lechuga romana y córtela en trozos pequeños. Escurrir bien y enfriar en el frigorífico. Cuando esté lista para comer, simplemente coloque la lechuga en el tazón y revuelva suavemente pero bien hasta que todas las hojas estén cubiertas con el aderezo. Para 6.

**ENSALADA CÉSAR DEL TÍO RAY**

De Ray Cataldi

En un bol grande de madera sin terminar, tritura 2 dientes de ajo y 1 cucharadita de sal. Tritúrelo por todo el bol y luego agregue:

6 cucharadas de aceite de maíz

2 cucharadas de vinagre de vino

1/2 cucharadita de salsa inglesa

1 cucharadita de mostaza seca

1 cucharadita de pimienta negra

1 cucharada de queso parmesano

Jugo de 1/2 limón

1 huevo (sólo yema)

4 filetes de anchoas

Mezcle todos los ingredientes, excepto las anchoas. Trituramos las anchoas por todo el bol.

Limpie 1 libra de lechuga romana y córtela en trozos pequeños. Escurrir bien y enfriar en el frigorífico. Cuando esté lista para comer, simplemente coloque la lechuga en el tazón y revuelva suavemente pero bien hasta que todas las hojas estén cubiertas con el aderezo. Para 6.

**ENSALADA DE CALABACÍN**

Rinde de 4 a 6 porciones

1 calabacín mediano, en rodajas

½ libra de champiñones frescos, rebanados

1 tomate, picado

½ taza de cebollas verdes picadas

¼ taza de aceite vegetal

¼ taza de vinagre blanco

1 cucharadita de azúcar

1 cucharadita de pimentón

½ cucharadita de sal

Pimienta recién molida, al gusto.

Combine el calabacín, los champiñones, el tomate y las cebolletas en un tazón; dejar de lado. Combine el aceite y los ingredientes restantes, mezclando bien; vierta sobre las verduras y revuelva ligeramente. Cubra y enfríe antes de servir.

**PAN DE MANZANA Y NUECES**

Rinde 5 panes

1 taza de azúcar morena, envasada

2 cucharadas de sal

8 tazas de harina integral

2 tazas de nueces picadas

4 tazas de harina blanca

4 huevos

1 cucharada de bicarbonato de sodio

1 taza de margarina, ablandada

3 cucharadas de polvo para hornear

2 cuartos de puré de manzana enlatado

2 tazas de jarabe de maíz oscuro

Tamizar juntos los ingredientes secos. Agrega las nueces y mezcla bien. Combine los huevos, la margarina, el puré de manzana y el jarabe de maíz; mezclar bien. Agregue a los ingredientes secos y revuelva solo hasta que se combinen uniformemente. Divida la masa en 5 moldes para pan ligeramente engrasados. Deje reposar de 15 a 20 minutos antes de hornear. Hornee a 350 °durante 1 hora y 15 minutos o hasta que el pan esté cocido. Retirar de los moldes y colocar sobre rejillas para que se enfríe. Cubra bien y colóquelo en el refrigerador durante la noche antes de cortarlo.

**PAN DE PLÁTANO Y NUEZ**

De la abuela Hilda Savoldi

1 1/2 tazas de azúcar

1 1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio

2 huevos

2 cucharaditas de polvo de hornear

1/2 taza de manteca o mantequilla

1/2 cucharadita de sal

1/2 taza de suero de leche

3 tazas de harina

2 tazas de nueces

2 o 3 plátanos triturados

1 cucharadita de vainilla

Batir la mantequilla, el azúcar, los huevos y la vainilla. Agregue harina, bicarbonato de sodio, polvo para hornear y sal a la mezcla de crema alternando con el suero de leche. Agrega los plátanos y mezcla. Agrega nueces. Hornee en moldes para pan engrasados durante 1 hora a 350 °. NOTA: Retirar de la sartén cuando aún esté bastante caliente; de lo contrario, el pan podría pegarse a la sartén. Hornee en 3 moldes para pan grandes o 6 pequeños.

**PAN DE BISNONNA**

De la bisabuela Elide Marchi

*Mezclar todo junto:*

3 tazas de agua tibia

3 cucharadas de levadura

1 taza de leche tibia

1 cucharadita de sal

2 huevos

1 barra de mantequilla

1/2 taza de azúcar

*Agregue gradualmente:*

5 libras de harina

Amasar en la batidora durante unos 3 a 5 minutos. Deje crecer hasta que duplique. Enrolle hasta darle la forma deseada. Deje crecer hasta que duplique. Hornee durante 1 hora a 350 °.

**PALOS DE PAN BISQUICK**

Desde Nikki Hall

1 taza de bisquick

1/3 taza de leche descremada

Mezcle con un tenedor y amase sobre una superficie ligeramente enharinada hasta que quede suave (aproximadamente 8 a 10 veces). Enrolle con un rodillo hasta formar un rectángulo de 1/2 de grosor. Cortar en tiras y girar si lo desea. Colóquelo en una bandeja para hornear sin engrasar y hornee a 450 °durante 8 a 10 minutos.

**CAFÉ BISQUICK**

1 3/4 tazas de bisquick

3/4 tazas de leche descremada

1/4 taza de azúcar

1 cucharada de margarina

1 huevo

Mezcle bien y extienda en un molde cuadrado de 9" ligeramente engrasado.

Mezcle 1/3 taza de azúcar morena y 1/2 cucharadita de canela. Extiende encima y hornea a 375 °durante 25 minutos.

**PAN DE CALABACÍN BISQUICK**

2 tazas de bisquick

1 1/2 tazas de calabacín rallado

3/4 tazas de azúcar

1/4 taza de aceite vegetal

3 huevos

1 cucharadita de vainilla

2 cucharaditas de canela molida

1 cucharadita de nuez moscada molida

1/2 taza de nueces picadas

Precalentar el horno a 350 °. Engrase sólo el fondo del molde para pan de 9 x 5 x 3.

Batir todos los ingredientes juntos. Vierta en el molde y hornee hasta que al insertar un palillo de madera en el centro, éste salga limpio (50 - 55 minutos. Deje enfriar durante 10 minutos; retírelo del molde. Deje enfriar el pan completamente antes de cortarlo).

**PALOS DE PAN**

De la cocina de Pía

1 cucharada de levadura

1 cucharada de miel

1 1/2 taza de agua tibia

1 cucharadita de sal

1 cucharada de leche

4 tazas de harina

Disolver la levadura en agua tibia. Agrega el resto de los ingredientes. Mezclar bien y amasar. Forme palitos de 10" de largo. Colóquelos en una bandeja para hornear engrasada y unte con mantequilla derretida. Deje reposar durante 20 minutos. Hornee a 400 °durante 15 a 20 minutos.

**PAN DE MAÍZ**

Hace 32 cuadrados

De la cocina de Pía

2 tazas de harina

4 huevos

1/2 taza de azúcar

2 tazas de leche

8 cucharaditas de levadura en polvo

1/2 taza de margarina blanda

1-1/2 cucharaditas de sal

2 tazas de harina de maíz

Mezclar todo junto; Golpea bien. Vierta en 2 moldes engrasados de 9 x 9 x 2 pulgadas. Hornee a 425 °durante 20 a 25 minutos.

**PLATZEK DE QUESO CREMA**

Deb Jurek

*(NOTA: Deb y yo trabajamos juntos en New England en Buffalo, NY)*

1/2 taza de mantequilla

1/2 taza de leche

1/2 libra de queso crema (8 oz)

2 tazas de harina

1 1/4 taza de azúcar

2 cucharaditas de polvo de hornear

2 huevos

1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 cucharadita de vainilla

1/2 cucharadita de sal

Batir bien la mantequilla, el queso crema, el azúcar y los huevos. Agrega la vainilla. Agrega alternativamente la leche y los ingredientes secos tamizados y bate bien. Vierta en 2 moldes para pan ligeramente engrasados.

**ADICIÓN**

1/4 taza de mantequilla

1/2 taza de azúcar

1/2 taza de harina

1/2 taza de nueces

Mezclar hasta formar bolitas (pequeñas) y esparcir encima. Hornee a 350 °durante 35 a 45 minutos.

**STRUDEL DE MANZANA FÁCIL**

Para 6

1/2 paquete (17,3 oz) de hojas de hojaldre congeladas (1 hoja)

1 huevo

1 cucharada de agua

1 lata (21 oz) de relleno de tarta de manzana

Descongele la hoja de masa a temperatura ambiente durante 30 minutos. Precaliente el horno a 375 °. Mezclar el huevo y el agua y reservar.

Despliegue la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Enrolle hasta formar un rectángulo de 16 x 12. Con el lado corto hacia usted, coloque el relleno de pastel en la mitad inferior de la masa hasta 1" de los bordes. Comenzando por el lado corto, enrolle como un rollo de gelatina. Coloque la costura hacia abajo en una bandeja para hornear. Meta los extremos hacia abajo para sellar. Unte con huevo mezcla, corte varias hendiduras de 2" de largo a 2" de distancia en la parte superior.

Hornee a 375 °durante 35 minutos o hasta que esté dorado. Deje enfriar sobre una rejilla durante 30 minutos, corte en rodajas y sirva.

**ANILLO DE CAFÉ SUECO**

Rinde 1 anillo grande

3 cucharadas de mantequilla derretida

1/3 taza de azúcar

1 1/4 cucharadita de canela

3 paquetes de galletas de suero de leche

1/4 taza de pasas sin semillas

1/2 taza de azúcar glass

1/2 taza de nueces picadas

Precaliente el horno a 375 °. Engrase una bandeja para hornear galletas.

Combine el azúcar, la canela, las pasas y las nueces. Sobre una superficie ligeramente enharinada, coloque las galletas superpuestas 1/2 pulgada para formar un rectángulo de 15 por 7-1/2. Transfiera el rectángulo a una bandeja para hornear galletas. Y untar con mantequilla.

Extienda el relleno sobre la masa hasta 1/2 pulgada de los bordes. Enrolle la gelatina y selle los bordes. Forme un círculo con la costura hacia abajo. Selle los extremos juntos.

Haga cortes en la masa a una distancia de 1 1/2 pulgadas, cortando 2/3 del camino hacia el centro del anillo. Gire cada sección ligeramente en la misma dirección. Unte con mantequilla.

Hornea 30 minutos y deja enfriar. Combine el azúcar glas con agua caliente y rocíe sobre el aro enfriado.

**PALOS DE PAN DEL CONGELADOR**

Rinde 4 docenas

De la cocina de Pía

3 a 3 1/2 tazas de harina

1 1/4 taza de agua muy tibia

1/4 cucharadita de azúcar

1 clara de huevo batida

1 1/2 cucharadita de sal

1 cucharada de agua fría

2 cucharadas de levadura

1 cucharada de margarina, ablandada

Semillas de sésamo o amapola

Mezclar 1 taza de harina, azúcar, sal, levadura y margarina. Agrega poco a poco agua. Mezclar bien. Agrega más harina hasta obtener una masa suave. Dividir en 16 piezas. Enrolle cada uno en una cuerda de 18 pulgadas de largo. Córtelo en cuerdas de 3 a 6 pulgadas. Colóquelas en bandejas para hornear engrasadas. Enrolle la cuerda para engrasar todos los lados. Congelar.

Para hornear: sacar del congelador y descongelar durante 30 minutos. Deje crecer 15 minutos más. Pincelar con clara de huevo y agua. Espolvorea con semillas. Hornee a 375 °durante 20 a 25 minutos.

**TORTITAS DE YOGUR DE FRUTAS**

De Mary Ann Savoldi

2 tazas de harina

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 taza de yogur de frutas

1 cucharadita de sal

2 tazas de leche

1/4 taza de margarina o mantequilla derretida

2 huevos batidos

2 cucharadas de azúcar

2 cucharaditas de polvo de hornear

Combine la harina, el azúcar, el polvo para hornear, el bicarbonato y la sal. Combine los huevos y la leche. Vierta la mezcla de leche y la mantequilla derretida sobre los ingredientes secos. Agregue el yogur y revuelva hasta que quede suave.

Freír en un comal engrasado y caliente.

**CREPES DE JEAN**

De Jean Burns

Esposa del obispo Frank Burns, Amherst, Nueva York

2/3 taza de leche

1 huevo batido

1/4 taza de mantequilla derretida

1 taza de harina

1/2 taza de azúcar glass

2 cucharaditas de polvo de hornear

1/4 cucharadita de sal

Mezclar la leche, el huevo y la mantequilla. Mezclar los ingredientes secos. Agregue a los ingredientes húmedos. Diluya con leche al gusto.

Freír en un comal engrasado y caliente.

**MASA DE PIZZA DE JULIE**

Por Julie Savoldi

*Mezclar todo junto:*

1 taza de agua tibia

1 cucharada de levadura

1 cucharada de azúcar

1 cucharadita de sal

2 cucharadas de aceite

*Agregar:*

3 a 3 1/2 tazas de harina

Amasar en la batidora durante unos 3 a 5 minutos.

Extiéndalo sobre un molde para pizza cubierto con harina de maíz. Agregue salsa para pizza y aderezos de su elección. Hornee por 15 minutos a 425 °.

MIS ROLLOS DE REFRIGERADOR

Porciones 12 – 15

Pia Savoldi

6 – 6 ½ tazas de harina

½ taza de azúcar

2 cucharaditas de sal

2 cucharadas de levadura

1 barra de mantequilla o margarina

1 huevo

Combine 2 ½ tazas de harina, azúcar, sal y levadura. Agregue ½ taza de margarina ablandada. Con la batidora a baja velocidad, vierta gradualmente 2 tazas de agua caliente del grifo sobre los ingredientes secos. Agrega el huevo y aumenta la velocidad de la batidora a media. Batir dos minutos. (Si tiene la suerte de tener un gancho para masa, cámbielo ahora). Agregue suficiente harina adicional (alrededor de 4 a 4 ½ tazas) para hacer una masa suave. La masa quedará ligeramente elástica y ya no brillará.

Forme unos 27 panecillos y colóquelos en tres moldes para pasteles redondos o cuadrados de 8 o 9 pulgadas que hayan sido rociados con aceite de cocina (Pam). Cubra con papel encerado y refrigere por tres horas o más (hasta 24 horas). Saque los panecillos del refrigerador hasta que el horno esté precalentado a 325°F. Hornee de 20 a 25 minutos. NOTA: Divida la masa en tres trozos. Enrolle cada uno en un círculo redondo de aproximadamente ¼ de pulgada de grosor. Cortar en triángulos en forma de pastel y enrollar cada triángulo comenzando por el borde ancho para formar rollos en forma de media luna. O bien: forme bolitas suaves con los rollos, de aproximadamente ¾ de pulgada de diámetro. Espolvoréese las manos con harina antes de intentar darles forma a los panecillos, ya que la masa queda ligeramente pegajosa.

*Como se pueden preparar el día siguiente, son excelentes panecillos para la cena del domingo.*

**DONAS SIN FREÍR**

Rinde 2 docenas

De la cocina de Pía

Disolver:

2 cucharadas de levadura en 1/4 taza de agua tibia

Agregar:

1 1/2 taza de leche tibia

1 cucharadita de sal

1/2 taza de azúcar

1 cucharadita de nuez moscada

1/2 cucharadita de canela

2 huevos

1/3 taza de manteca

Batir y agregar 2 1/2 taza de harina.

Cubra y deje crecer hasta que se duplique (alrededor de 50 a 60 minutos).

Enrolle, corte con un cortador de donas y colóquelo en una bandeja para hornear engrasada.

Cubra y deje crecer hasta que se duplique (unos 20 minutos).

Hornee a 425 °durante 8 a 10 minutos.

Unte con mantequilla derretida y agite el azúcar con canela sobre cada uno.

**MASA SIN AMASAR**

Rinde de 16 a 24 ROLLOS

De la cocina de Pía

2 cucharadas de levadura

1-1/4 tazas de agua tibia

1/4 tazas de mantequilla, ablandada

1 cucharadita de sal

1 paquete de mezcla de natillas de huevo (4 porciones)

3 a 3 1/2 tazas de harina

Ablanda la levadura en agua. Agregue la margarina, la sal y la mezcla para natillas. Revuelva hasta que se disuelva. Agrega poco a poco la harina. Amasar con el gancho para amasar durante 1 minuto (o sobre una superficie enharinada unas 12 veces). Enrolle hasta formar un rectángulo de 20" x 8". Corte el centro a lo largo para formar 2 tiras de 20" x 4". Corta cada tira en 8 a 12 trozos. Colóquelo en una bandeja para hornear engrasada.

Deje reposar de 45 a 60 minutos. Hornee a 400 °durante 10 a 15 minutos.

**MASA DE PIZZA DE LA NONNA**

De la nona Yolanda Cataldi

*(IL FAGLIO POR LA PIZZA)*

*Mezclar todo junto:*

4 tazas de agua tibia

3 cucharadas de levadura

1 cucharadita de sal

2 huevos

5 cucharaditas de aceite de oliva

*Agregue gradualmente:*

5 libras de harina

Amasar en la batidora durante unos 3 a 5 minutos.

Extiéndalo sobre un molde para pizza cubierto con harina de maíz. Agregue salsa para pizza y aderezos de su elección. Hornee por 15 minutos a 425 °.

**TRENZA DE NUEZ NARANJA**

Rinde 1 grande o 2 pequeños

De la cocina de Pía

(Gran Trenza Navideña)

1 cucharada de levadura seca

1/4 taza de agua tibia

1 1/4 taza de leche escaldada

1/2 taza de azúcar

1/2 taza de margarina blanda

1/2 cucharadita de sal

4 1/2 a 5 tazas de harina

2 huevos batidos

2 cucharadas de ralladura de naranja

Disolver la levadura en agua tibia; dejar reposar unos 5 minutos. Combine la leche, el azúcar, la mantequilla, la sal; frío a tibio. Agrega 1 taza de harina, levadura, huevos y cáscara; derrotar. Agrega suficiente harina para hacer una masa suave. Amasar hasta que quede suave y elástico. Colóquelo en un recipiente engrasado; voltearlo para engrasar la parte superior. Cubra y deje crecer hasta que duplique. Dividir en 3 partes; haga un rollo de aproximadamente 20" de largo. Trence comenzando desde el centro. Colóquelo en una bandeja para hornear engrasada. Deje crecer hasta que doble. Hornee a 375 °durante 30 a 35 minutos. Si lo desea, puede rellenarlos con relleno de pastel enlatado o nueces. Mientras esté caliente, extiéndalo Formación de hielo.

**GLASEADO DE NARANJA:**

3/4 taza de azúcar glas

1 1/2 a 2 cucharadas de jugo de naranja. El glaseado debe ser fino y esparcirse sobre un panecillo tibio.

**ROLLOS DE LA NOCHE**

De María Beth Keim

*Mezclar y dejar reposar durante 30 minutos:*

1 cucharada de levadura

1/2 taza de azúcar

1 taza de leche fría

2 tazas de harina

*Agregar:*

2 huevos batidos

1 cucharadita de sal

1/2 taza de margarina derretida

2 tazas adicionales de harina

*Mezclar todo, tapar y dejar reposar durante la noche. No se necesita refrigeración.*

Por la mañana amasar con un poco más de harina. Estire, corte o dé la forma que desee. Colóquelo en una bandeja para hornear engrasada. Deje reposar hasta que esté listo para hornear (al mediodía o por la noche). Hornee a 375 °durante 8 a 10 minutos.

**BOLLOS DE PECAN**

De Jean Burns

Esposa del obispo Frank Burns, Amherst, Nueva York

1 cucharada de levadura

1/4 taza de azúcar

1/4 taza de agua tibia

1 cucharadita de sal

1 taza de leche caliente

3 1/2 tazas de harina

1/4 taza de manteca

1 huevo

Ablanda la levadura en agua tibia. Combine la leche, la manteca vegetal, el azúcar y la sal y caliente hasta que la manteca se derrita. Fresco. Cuando esté frío, agregue 1 taza de harina y mezcle bien. Agrega la levadura y el huevo. Agrega el resto de la harina para hacer una masa suave. Unte la parte superior con mantequilla, cubra y deje crecer hasta que doble. Golpear y colocar sobre una tabla enharinada. Dividir en 2 rollos (rectángulos de 12 x 8). Unte con mantequilla derretida. Mezcla 1/2 taza de azúcar y 2 cucharaditas de canela. Espolvorear sobre la masa. Enrolle en forma de gelatina y córtelo en 8 trozos.

En 2 moldes para pasteles de 9", caliente lo siguiente: 1/2 taza de azúcar morena, 1/4 taza de mantequilla, 1 cucharada de jarabe de maíz y nueces pecanas o nueces al gusto. Cubra con los panecillos cortados (con el lado cortado hacia abajo). Cubra y deje crecer 25 a 45 minutos Hornee a 375 °durante 35 minutos o hasta que se enfríe durante 3 minutos e invierta el molde en un plato para servir.

**PAN DE NUECES DE RUIBARBO**

De la abuela Hilda Savoldi

1 1/2 tazas de azúcar moreno

2/3 taza de manteca

1 huevo

1 taza de leche agria

1 cucharadita de sal

1 cucharadita de refresco

1 cucharadita de vainilla

2 1/2 tazas de harina

1 1/2 tazas de ruibarbo cortado en cubitos

1/2 taza de nueces picadas

1/2 taza de azúcar granulada

1 cucharada de mantequilla

Mezcle todos los ingredientes excepto el azúcar granulada y la mantequilla. Vierta en 2 moldes para pan bien engrasados y enharinados (llenando aproximadamente 2/3 de su capacidad). Espolvoree la cobertura hecha combinando azúcar y mantequilla y extiéndala sobre cada pan. Hornee a 325 °durante 40 minutos.

**MUFFINS DE TRIGO**

De Cindy's Savoldi

3 tazas de trigo

2 tazas de suero de leche

1 taza de agua hirviendo

2 1/2 tazas de harina tamizada

1/2 taza de aceite

2 1/2 cucharaditas de bicarbonato de sodio

1 1/2 tazas de azúcar

1 cucharadita de sal

2 huevos batidos

Vierta agua hirviendo sobre Wheatena en un tazón grande y mezcle hasta que esté bien mezclado. Deje reposar. Combine el aceite, los huevos con azúcar y el suero de leche en un tazón grande. Agregue la mezcla de Wheatena . Tamizar juntos la harina, la soda y la sal. Agregue a los demás ingredientes y mezcle bien.

Llene los moldes para muffins engrasados hasta 2/3 de su capacidad y hornee a 400 °durante 20 minutos. Servir con mantequilla y miel o mermelada.

NOTA: La masa se puede conservar en el refrigerador hasta por 6 semanas.

**TORTITAS DE TRIGO INTEGRAL**

De la cocina de Pía

1 1/2 tazas de harina integral

1 cucharada de polvo para hornear

3 cucharadas de azúcar

3/4 cucharadita de sal

2 yemas de huevo

1 1/2 tazas de leche

1 cucharada de vinagre

1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio

3 cucharadas de aceite

2 claras de huevo batidas

Tamizar juntos los ingredientes secos. Mezclar todo menos las claras con los ingredientes secos y beta durante 1 minuto. Incorporar las claras y freír en un comal engrasado y caliente.

**PAN DE CALABACÍN**

De la abuela Hilda Savoldi

3 huevos

1 taza de aceite

2 tazas de azúcar

2 tazas de calabacín rallado

3 cucharadas de vainilla

3 tazas de harina

1/2 cucharadita de polvo para hornear

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 cucharadita de sal

3 cucharaditas de canela

3/4 taza de nueces picadas

Batir bien los huevos; agregue el aceite, el azúcar, el calabacín y la vainilla. Agrega los ingredientes secos y la canela. Mezclar bien. Agrega las nueces y mezcla nuevamente. Vierta en 2 moldes para pan de 9 x 5 bien engrasados . Hornee en °horno precalentado a 325 durante 1 hora.

**ENSALADAS DE FRUTAS**

**ENSALADA DE 5 TAZAS**

De la tía Amy Jones

1/2 litro de crema agria

1 taza de piña triturada, escurrida

1 taza de mandarinas

1 taza de coco

1 taza de mini malvaviscos

Mezclar todo y refrigerar durante la noche.

*Esto es bueno como ensalada o como postre servido con galletas saladas)*

**ENSALADA DE JELLO DE MORAS**

De Terri Foye

1 caja grande de gelatina de mora ( o 2 pequeñas, una de arándano y otra de frambuesa)

12 oz de cobertura batida, descongelada

12 onzas de requesón

1 paquete de moras congeladas

1 lata de piña triturada, escurrida

Mezcle la gelatina con la cobertura batida hasta que esté bien mezclado. Mezclar todo y enfriar.

**ENSALADA WALDORF DE ARÁNDANOS**

Para 6

1 paquete (3 oz) de gelatina de fresa

1 taza de crema agria o yogur

1 lata (8 oz) de salsa de arándanos

1 taza de manzana picada

12 tazas de apio picado

1/4 taza de nueces picadas

Disuelva la gelatina en 1 taza de agua hirviendo. Triture la salsa de arándanos con un tenedor; agregue a la gelatina y enfríe hasta obtener la consistencia de claras de huevo. Incorpora la crema agria, la manzana, el apio y las nueces. Enfriar hasta que esté firme

**ENSALADA DE CEREZA**

6 porciones

1 lata (20 oz) de relleno ligero de pastel de cerezas

1 lata (14 oz) de leche condensada azucarada sin grasa

1 lata (8 oz) de piña triturada en jugo, escurrida

1 tarrina (12 oz) de cobertura batida congelada sin grasa, descongelada

Combine los primeros 3 ingredientes en un tazón grande; revuelva hasta que esté bien mezclado. Incorpora suavemente la cobertura batida.

*CALORÍAS 170; GRASA 0,2 g; CARBURADORES 72,7 g; FIBRA 0,2 g*

**ENSALADA WALDORF**

Sirve 8

1/2 taza de mayonesa

4 manzanas, sin corazón y cortadas en cubitos

1 cucharada de azúcar

1 taza de apio, en rodajas

1 cucharada de jugo de limón

1 taza de mini malvaviscos

1/8 cucharadita de sal

1/2 taza de pasas

1 taza de nueces tostadas secas

Mezclar todo junto hasta que esté bien mezclado. Enfríe al menos 15 minutos antes de servir.

**ENSALADA DE ARÁNDANO DE TÍA RUBY**

De la tía Ruby Parr

1 libra de arándanos

1 taza de apio finamente picado

2 tazas de azúcar

1 taza de nueces

2 tazas de mini malvaviscos

1 taza de agua

1 taza de agua

2 paquetes de gelatina de cereza

1/2 taza de azúcar

2 tazas de manzana picada

Hervir 2 tazas de azúcar con 1 taza de agua durante 3 minutos. Agregue los arándanos y cocine hasta que la piel se reviente. Alejar del calor. Agregue los malvaviscos y revuelva para que se disuelvan. Disuelva la gelatina en 1 taza de agua; agregue 1/2 taza de azúcar a la mezcla de gelatina . Cuando se disuelva, agregue los arándanos a la mezcla de gelatina . Dejar enfriar. Agrega el apio, las manzanas y las nueces. Refrigere hasta que cuaje.

*Generalmente hago esto uno o dos días antes del Día de Acción de Gracias. Es una ensalada de arándanos muy colorida, crujiente y muy rica.*

**ENSALADA DE JELLO DE ARÁNDANO**

De la cocina de Pía

4 paquetes (3 oz) de gelatina de cereza

5 tazas de agua hirviendo

Disuelva la gelatina en agua y enfríe hasta que esté almibarada.

2 latas (16 oz) de salsa de arándanos enteros

2 latas (20 oz) de piña triturada, escurridas

1 taza de nueces o pecanas picadas

Incorpora los últimos tres ingredientes a la gelatina parcialmente cocida y vierte en un molde de 9 x 13 pulgadas. Enfriar hasta que esté firme. Porciones 12 – 16

**ENSALADA DE LIMÓN Y LIMÓN**

De la cocina de Pía

1 paquete de gelatina de limón

2 tazas de agua caliente

1 paquete de gelatina de lima

1 taza 7 arriba

Mezcle todo y agregue 1 taza de mini malvaviscos.

Escurre 1 lata #2 de piña triturada. Ahorra jugo. Agregue la piña y 1 lata pequeña de mandarinas escurridas a la mezcla de gelatina . Enfriar en el frigorífico hasta que cuaje.

VENDAJE:

1 taza de jugo de piña reservado

1 huevo

1/2 taza de azúcar

1 cucharada de harina

Mezclar en una cacerola y llevar a ebullición. Fresco. Incorpora 1 recipiente (8 oz) de cobertura batida al aderezo hervido y extiéndelo sobre gelatina . Agregue nueces si lo desea.

**ENSALADA DE PISTACHO**

De la cocina de Pía

Mezclar hasta que esté bien mezclado:

2 cajas de pudín instantáneo de pistacho

2 latas de piña triturada

Doblar en:

1 recipiente (14 oz) de cobertura batida, descongelada

2 latas de piña en trozos, escurridas

*Esta receta es rápida y fácil de hacer. Se puede conservar durante días en el frigorífico tapado. Colorido, ideal para comidas compartidas; se puede decorar con cerezas marrasquino y mitades de nueces pecanas en la parte superior.*

==================================================== =============

libro de recetas rusas

# RUSIA ST. LIBRO DE COCINA DE LA MISIÓN DE PETERSBURGO

**LIBRO DE COCINA DE LA MISIÓN DE SAMARA EN RUSIA**

**BÁSICOS PARA TENER A MANO:**

Harina, azúcar, aceite, frijoles, arroz, avena, lentejas, pasta, fideos, verduras enlatadas, tomates enlatados, jugos, frutas, cacao, refrescos, levadura en polvo, vitaminas

**CONDIMENTOS/ESPECIAS:**

Sal, pimienta, perejil, chile en polvo, comino, ajo, albahaca, pimentón, cayena, salsa de soja, vinagre, caldo, canela, vainilla, tomillo, hojas de laurel.

**ARTÍCULOS PERECEDEROS A TENER A MANO:**

Patatas, queso, fruta fresca, carne (compre buena carne y cocínela bien), cebollas, pan, verduras frescas, huevos, leche, yogur, mantequilla.

**MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS ADVERTENCIA** :

Ten cuidado con la carne que comes. Cocine bien. Consuma productos lácteos seguros. No coma pescado crudo de ningún tipo. Beba sólo agua filtrada. Remojar todas las frutas y verduras durante 1 min en solución de 1t. lejía por 1 litro de agua. Enjuague con agua filtrada. HAGA ESTO RUTINARIAMENTE a medida que se COMPREN LOS ARTÍCULOS. Lavar los huevos y enjuagar. Hornee los orejones y las pasas en una bandeja para hornear galletas a fuego lento durante 15 a 20 minutos o hiérvalos en agua durante 15 minutos.

## PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN

Compra lo que necesitas para la semana el día de preparación

Por la mañana mientras estudias, cocina patatas, arroz, frijoles o verduras; refrigere para su uso posterior.

Remoje los frijoles la noche anterior, clasifique los frijoles secos para quitar piedras y tierra, lávelos con agua filtrada, cúbralos con agua filtrada y déjelos en remojo durante la noche. Prepare la sopa el día de su preparación, puede durar toda la semana.

## MIENTRAS TRABAJO

Lleve consigo agua filtrada o embotellada. Lleve también alimentos como frutos secos, pan, queso, palitos de zanahoria, M&M y toallitas húmedas para las manos.

## SUSTITUCIONES

1 cucharadita polvo de hornear= ¼ t. refresco más ½ t. cremor tártaro

1 c. aceite = ½ libra (1 taza) de mantequilla (agregue más líquido)

1 c. azúcar moreno = 1 c. azúcar blanca (con 1 cucharada de melaza)

1 c. suero de leche = 1 taza. kéfir, crema agria o 1 c. leche agria con 1 cucharada de jugo de limón o vinagre – espere 5 minutos

1 lata de crema de champiñones = 2 c. salsa blanca hecha con caldo de pollo y champiñones

2 cucharadas de harina = 1 cucharada de maicena

1 onza. chocolate para hornear = 3 cucharadas de cacao y 1 cucharada de mantequilla

1 paquete. levadura = 1 cucharada de levadura

¾ c. palomitas de maíz (molidas) = 1 c. harina de maíz

EQUIVALENTES

½ cucharadita = 2,5 ml

1 kilogramo = 2,2 libras.

1 cucharada = 15 ml

3 toneladas. = 1 T.

¼ de taza = 57ml

8 cucharadas = ½ taza

½ taza= 113ml

1,06 cuartos. = 1 litro

1 taza = 227ml

1 pinta = 2 tazas

1 cuarto de galón = 946ml

1 cuarto = 4 tazas

35 onzas = 1 litro (1000 ml)

16 onzas = 1 libra.

¼ libra de mantequilla = 1/2 taza = 113 gramos

1 galón = 4 cuartos de galón .

## ASESINO DE CUCARACHAS

Mezclar el ácido bórico y la yema de huevo cocida con un poco de agua hasta que se una. Forme bolas. Colóquelo en las tapas de los frascos en los lugares apropiados.

# COMIDAS PARA EL DESAYUNO

## ALFORFÓN

1 parte de trigo sarraceno por 3 o 4 partes de agua y un poco de sal. Similar al método anterior pero se cocina por más tiempo. ¡Muy nutritivo!

## ARROZ para el DESAYUNO

2c. arroz cocido. Calentar con un poco de leche. Agrega el azúcar y la canela.

**MAGDALENAS**

375\* durante 25-30 minutos

1 ¾ tazas. harina, 1/3 c. azúcar, 2 cucharadas. polvo de hornear, ¼ t. sal. Agrega 1 huevo, ¾ c. leche, ¼ c. aceite. Mezcle hasta que esté mezclado. Llene los moldes para muffins aproximadamente hasta 2/3 de su capacidad. Hornear. Agregue fruta bien escurrida si lo desea.

## Panqueques de mantequilla

1 c. harina, ½ cucharadita. hornear pwd ., ½ t. refresco, 1 cucharada de azúcar, ¼ de cucharada. sal en un bol. Agregue 1 ¼ c. suero de leche o kéfir o leche agria, 1 huevo grande y 2 cucharadas de mantequilla derretida. Mezcle hasta que esté mezclado para obtener panqueques esponjosos. Cocine en sartén o plancha engrasada. Darle la vuelta cuando se formen burbujas.

**PASTEL DE DESAYUNO DE CANELA**

400\* durante 25 minutos

Mezclar 1 ¼ c. harina, 1 cucharada de harina para hornear , ¼ c. azúcar, ½ cucharadita. sal. Cortar en ¼ c. manteca. Agrega 1 huevo y 2/3 c. leche. Opcional: 2/3 c. cap. nueces. Mezcle hasta que esté mezclado. Vierta en un molde de 8 x 8. Espolvorea encima. Cubra y refrigere hasta que esté listo para hornear. COBERTURA: 4 T. de harina, 3 T. de mantequilla, 6 T. de azúcar y 1 t. canela

# PLATOS PRINCIPALES

## ARROZ MEXICANO

Calienta 1 cucharada de aceite. Agregue 2/3 c. arroz de grano largo y ¼ ch. cebolla. Cocine el arroz hasta que esté claro.

Agregue 2/3 c. agua con un cubo de caldo de res disuelto en ella. Luego agregue ¾ - 1 c. agua, 1/8 t. ajo en polvo, ¼ t. pimienta limón, 2 cucharadas de pasta de tomate. Remover. Cubrir. Cocine a fuego lento durante 15 minutos.

## ARROZ ESPAÑOL

Corta 3 rebanadas de tocino, ½ c. arroz crudo, 3 dientes enteros, ½ c. agua, 1 hoja de laurel, ½ c. pimiento verde cap. y 2 latas de sopa de tomate o ½ lata de pasta de tomate.

## ARROZ FRITO CHINO CON VERDURAS

Calienta 1 cucharada de aceite. Cocine ½ taza. cap. cebolla. Agregue 1 c. arroz cocido frío. Batir 1 huevo, 1 cucharada de salsa de soja, ¼ de cucharadita. sal. Revuelva constantemente. Agregue 1 c. cap. Verduras (zanahorias, pimientos, etc.) Cocer.

## SALSA BLANCA BÁSICA

Derrita 4 cucharadas de mantequilla, agregue 4 cucharadas de harina y 1 cucharada. sal. Cocine 1 minuto. Agregue lentamente 2 c. leche. Sin grumos. Hervir. Se puede utilizar para sustituir las sopas cremosas.

**POLLO AL HORNO**

350\* durante 45 minutos

Sal de 6 a 8 pechugas de pollo deshuesadas y sin piel. Sumerja en crema agria y luego en migas de galleta. Colocar en un molde engrasado y hornear.

**MÁS POLLO AL HORNO**

300\* durante 2 – 2 ½ horas

Sal y pimienta 6 pechugas de pollo. Colóquelo en una fuente para mantequilla. Mezclar 1 lata de crema, ¾ c. crema agria, 1 cucharadita. cebolla, ¾ c. mayonesa, ¾ c. queso rallado. Vierta sobre el pollo. Hornear. Servir con arroz.

**POLLO AL HORNO con ARROZ**

Prepárese con anticipación. 350\* por 1 hora cubierta

Pon 1 c. arroz crudo en una fuente para hornear grande. Combine 1 lata de sopa de champiñones, 1 lata de agua, 1 taza de leche y 1 paquete. Preparado de sopa de cebolla. Vierta la mitad de la mezcla sobre el arroz. Ponga encima de 4 a 6 trozos de pollo. Vierta la sopa restante encima. Cubra con tapa o papel de aluminio. Dejar en el refrigerador durante la noche. Hornee al día siguiente.

**POLLO AL HORNO Y FIDEOS**

350\* durante 30 minutos

Derrita 5 cucharadas de mantequilla en una sartén. Agregue 5 cucharadas de harina. Cocine hasta que se dore. Agregue 2 c. leche y 1 c. caldo de pollo y llevar a ebullición. Agregue ¼ de taza. queso rallado. Agregue 6 oz. fideos cocidos, 2 c. pollo cocido cortado en cubitos, 1 c. champiñones cortados en cubitos y un poco de pimiento rojo cortado en cubitos. Remover. Colóquelo en una fuente para hornear y ponga encima las migajas untadas con mantequilla. Hornear.

**CAZUELA DE POLLO**

Prepárese con anticipación.

350\* por 1 hora

Combinar 2 c. pollo cocido cortado en cubitos, 2/3 c. cap. cebolla, 2/3 c. cap. pimiento verde, 2/3 c. mayonesa, 1/3 c. caldo de pollo, sal y pimienta. Coloque 4 rebanadas de pan en cubitos en una fuente para hornear. Extienda el pollo por encima. Batir 2 huevos, 1 ½ c. leche y verter sobre el pollo. Cubra con 4 rebanadas más de pan en cubitos. Refrigerar. Justo antes de hornear, mezcle 1 lata de sopa de champiñones con ½ lata de agua (o 2 tazas de salsa blanca hecha con caldo de pollo ) y caliente. Vierta sobre la cazuela y hornee. Poner ½ c. queso rallado encima.

## POLLO ARROZ FRITO

Cocine 1 libra de trozos de pollo (del tamaño de un bocado) en un poco de mantequilla. Colocar en un bol con 1/3 c. salsa de soja y 1 t. sal. Remover. Freír 1 c. arroz en 1/3 c. aceite hasta que esté dorado. Preparar 2 ½ c. caldo de pollo usando cubitos de caldo . Agrega el pollo, la marinada y el caldo. Cubrir. Cocine a fuego lento durante 15 minutos. Agrega ½ taza. cap. cebolla, ½ c. pimientos u otras verduras y revuelva. Cuando se acaba el agua. Haz un agujero en el medio y agrega 2 huevos batidos. Cocinar. Servir con soja y Fanta. Palillos.

**POLLO Y PATATAS DE IDAHO**

400\* por 1 hora

Pele y corte en rodajas finas 4 patatas y colóquelas en una fuente para horno. S&P Coloque 4-6 trozos de pollo (piernas y muslos) encima. Vierta ½ taza. mantequilla derretida sobre pollo. Mezclar ¾ c. leche con sopa de champiñones (2 latas) o hacer salsa blanca y verter sobre el pollo y las patatas. Espolvorea con ajo, s & p.

**POLLO TERIYAKI**

300\* durante 50-60 minutos.

Coloque de 4 a 6 pechugas de pollo en una sartén y espolvoree con sal y pimienta. Mezcle 1 cucharada de maicena con 1 cucharada de agua, ¼ c. vinagre, ½ c. azúcar, ½ c. salsa de soja, ½ cucharadita. ajo en polvo, ½ cucharadita. jengibre. Vierta sobre el pollo. Hornear. Voltear al menos una vez. Sirva la salsa sobre arroz. Agregue el pimiento verde, la cebolla y los trozos de piña durante 10 a 15 minutos.

**POLLO A LA BARBACOA**

350\* durante 45 minutos a 1 hora   
Mezcle media taza de maicena o fécula de papa y media taza de harina en una bolsa. Cubra 6 pechugas de pollo o 1 pollo entero cortado con harina. Pasar por 3 huevos bien batidos. Dorar por ambos lados en aceite de cocina caliente. Coloque el pollo en una fuente para hornear. Vierta la salsa encima. Hornear. Voltee mientras hornea. Buen frio. Se congela bien. SALSA: Mezcle: Media taza de caldo de pollo, media taza de vinagre (puede usar media taza de jugo de piña), media taza de salsa de tomate, 1 taza. azúcar, 2 cucharadas de salsa de soja, s&p

**POLLO AL HORNO**

400\* durante 30 minutos. Unte con salsa. 30 minutos más

Coloque 2 libras. Partes de pollo en sartén. Combine: 2 cucharadas de salsa inglesa, 1 cucharada de vinagre, 1 cucharada de salsa barbacoa, 1 cucharada. especias para barbacoa, 1 cucharada de azúcar, ¼ c. salsa de tomate (salsa rusa de tomate/manzana), pimienta de cayena. Unte la salsa sobre el pollo. Hornear. Unte con salsa. Terminar de hornear. SÁNDWICH DE BARBACOA: Combine la carne con la salsa y sirva sobre pan.

**pastel de olla**

350\* durante 20 minutos o dorar

Pelar y cortar en rodajas varias zanahorias y patatas. Hervir. Prepara pollo, carne molida o jamón. Saltear la carne con cap. pimientos verdes y cebolla. Dejar de lado. Haz salsa.

SALSA: Derretir ¼ c. mantequilla en una sartén. Agregue de 4 a 5 cucharadas de harina. Cocinar. Agrega ½ taza. leche, ½ c. agua, 1 cubito de caldo de pollo Agregue más agua según sea necesario.

CORTEZA: 2 c. harina, 4 t. polvo de hornear, ½ cucharadita. sal. Corta 4 cucharadas de mantequilla. Agregue 2/3 c. leche. Estirar la mitad de la masa. Colóquelo en una fuente para hornear. Agregue salsa, verduras y carne. Vierta sobre la masa. Estirar la otra mitad y colocar encima. Cortar el agujero. Hornear

**PASTEL DE CARNE FINLANDÉS**

375\* durante 25 minutos

Mezclar juntos: 1 c. arroz, 1 libra de carne cocida, ½ ch. cebolla, ½ c. queso rallado, ½ t. sal, champiñones laminados y cap. perejil, si lo desea. Dejar de lado. CORTEZA: Combine 1 huevo y ½ c. cCrea agria. Mezclar en 2 c. harina, 1 cucharadita. sal y ¾ c. manteca. Dividir y extender. Colóquelo en la sartén. Rellenar con la mezcla de carne. Arriba. Bordes engarzados. Pinchar con un tenedor. Hornear.

**PASTEL DE CARNE**

350\* durante 20-30 minutos

Marrón 2 c. hamburguesa con 1lg. cap. cebolla, 1 diente de ajo (o use pollo o jamón cocido). Drenar. Colóquelo en una fuente para hornear. Agrega una capa de 3 o 4 zanahorias crudas ralladas. Cubrir con 2 o 3 tazas de puré de papas. Cubra con queso rallado. Adorne con pan rallado salpicado de mantequilla. Hornear. Bueno con salsa picante, salsa de tomate picante o ketchup.

**BURBUJAS y CHIRRIDOS** (inglés)

400\* por 1 hora

En una fuente para horno, haga varias capas de 4 a 6 patatas en rodajas, 1 cucharadita. cebolla, ½ cabeza de repollo rallado y chorizo o jamón cortado en cubitos. S&P Vierta 1 taza. salsa blanca encima y espolvorear con queso rallado. Hornear.

**CUALQUIER CAZUELA**

350\* durante 45 minutos

Agregue 2 c. carne cocida (pollo, ternera, jamón, atún, lo que sea), 4 c. almidón cocido (fideos, arroz, patatas, lo que sea), 2 c. verduras cocidas (maíz, frijoles, zanahorias, lo que sea) y 2-4 c. salsa (blanca, tomate, lo que sea) Colóquela en una fuente para hornear grande. Espolvorea con eneldo, orégano, albahaca, lo que sea. O saltear los pimientos y las cebollas o lo que sea con la salsa blanca. Cubra con queso, galletas, puré de patatas o pan rallado. Hornear.

## SALSA DE ESPAGUETI

Dore 1 libra de hamburguesa y ½ c. cap. cebolla en 2 cucharadas de aceite. Escurrir la grasa. Agregue 1 lata de tomates, 1 c. salsa o pasta de tomate, 1 c. agua, 2 dientes de ajo, perejil fresco o seco, 1 t. albahaca, 1 cucharada de azúcar, ¾ cucharadita. orégano, 1 cucharadita. sal, 1 hoja de laurel. Cocine a fuego lento durante 15 minutos. Sirva sobre pasta caliente. Cubra con queso. Otra carne está bien.

ALTERNATIVA: Saltear 1 ca. cebolla en 2 t. aceite. Agregue 2 litros. latas de tomates o 1 kg.frescos cap. tomates, 1 lata de salsa de tomate, 2 t. sal, ½ cucharadita. pimienta, ¼ t. ajo en polvo, 1 t. chile pwd . 1 cucharada de perejil, champiñones. Cocine a fuego lento durante 45 minutos. Espesa con un poco de maicena o harina en agua fría justo antes de servir. Sirva sobre espaguetis.

## COSAS DE PASTA

Saltear 1 ca. cebolla en 2 cucharadas de aceite de oliva. Agregue 1 lata de tomates y 2 cucharadas de perejil, 1 cucharada. albahaca, ½ cucharadita. pimienta, 3 dientes de ajo, 1 t. orégano, ½ cucharadita. sal, 1 cucharadita. azúcar. Cocine y escurra ½ paquete. fideos de tubo. Agrega la salsa y cubre con mucho queso. Calentar en el horno hasta que el queso se derrita.

## ALBÓNDIGAS AGRIDULCES

Combine ½ libra de carne molida, ¼ c. pan rallado seco, ¼ c. leche, 1 huevo, s&p . Forme 30 albóndigas. Escurrir 8 oz. lata de piña triturada. Agregue agua al líquido de piña hasta medir 1 ½ tazas. Combine con ¼ c. vinagre de manzana, ½ c. azúcar moreno, 2 cucharadas de salsa de soja, 1 cucharada. jengibre molido, 1 t. pimienta de Jamaica. Calentar en una sartén hasta que hierva. Agrega las albóndigas y 1 cebolla en rodajas. Cocine a fuego lento de 15 a 20 minutos. Remover. Agrega la piña. Combine 2 cucharadas de maicena con 2 cucharadas de agua y espese la salsa.

**SALSA AGRIDULCE** con verduras y carne

Prepare las verduras: cebollas, zanahorias, pimientos, repollo, pélelas y córtelas en rodajas. Cocine parcialmente las zanahorias y el repollo. Freír en aceite. Agrega salami o pollo. Vierta la salsa sobre las verduras. Y carne. Sirva sobre arroz o pasta.

SALSA: Llevar a ebullición: 1 ½ c. agua, 2 cucharadas de salsa de tomate, 2 cucharadas de salsa de soja, ½ c. azúcar, ½ c. vinagre. Agrega una pasta de 2 cucharadas de harina y un poco de agua. Cocine hasta que espese.

## JAMBALAYA

Dore 2 libras de salchicha ahumada en rodajas en aceite. Puede agregar de 1 a 2 libras de trozos pequeños de pollo, cerdo o carne de res. Cocinar. Eliminar. Agregue 2-3 cad. cebolla, pimiento morrón, ajo, perejil, eneldo, cap. bien. Cocine unos 5 minutos. Carne nuevamente en la olla. Agregue 3 c. arroz crudo, 1 t. pimienta, 1 cucharada de sal y 6 c. agua. Remover. Hervirlo. Bajar el fuego. Cocine 20 minutos.

## ARROZ

Llevar a ebullición 4 c. agua, 1t. sal, 1 cucharadita. manteca. Agregue 2 c. arroz. Hervirlo. Cubrir. Cocine a fuego lento de 15 a 20 minutos.

## BOLA DE FUEGO PELMENI

Corte de 15 a 20 trozos de Pelmeni comprados en 4 a 8 trozos cada uno. Cocine 2 c. arroz. Freír los Pelmeni en aceite hasta que se doren. Agrega 2 pimientos verdes cortados en cubitos. Saltear . Colocar sobre arroz. Agregue jalapeños, salsa de soja y otras especias.

## FILETE SUIZO

Cortar la carne en tiras finas y agitar en una bolsa plástica con harina, sal y pimienta. Freír la carne en aceite. Agrega las patatas peladas cortadas en octavos y varias tazas de agua. Cocine hasta que las patatas estén cocidas. Esto hace su propia salsa.

## FILETE Y PIMIENTOS

Corte 1 libra de carne de res en tiras de 1/2 pulgada. Mezclar ¼ c. salsa de soja y 1 t. azúcar. Vierta sobre la carne y déjela en remojo durante ½ hora. Combinar 2 t. maicena (o 4 cucharadas de harina) con 2 cucharadas de salsa de soja (si es necesario agregue un poco de agua). Calienta 4 cucharadas de aceite en una sartén. Agregue el diente de ajo picado y 1 t. jengibre. Saltee 1 minuto. Agrega 2 pimientos verdes en dados de 1” y saltea durante 3 minutos. Agregue la carne y el líquido. Saltear . Agrega 2 tomates en dados de 1” y la mezcla de maicena. Cocinar. Sirva sobre arroz.

## HAMBURGUESA STROGANOFF

Saltear ½ c. cap. cebolla y 1 diente de ajo picado en ¼ c. manteca. Agregue 1 libra de hamburguesa y dore bien. Agregue 2 cucharadas de harina, sal y pimienta y 1 lata de champiñones escurridos. Cocine 5 minutos. Agregue 1 taza. salsa blanca y cubito de caldo de pollo. Cocine a fuego lento durante 10 minutos. Agregue 1 c. cCrea agria. Calentar completamente. Sirva sobre puré de papas, fideos o arroz.

## CAZUELA RÁPIDA DE HAMBURGUESA

Dore 1 libra de hamburguesa y 1 ½ c. cap. cebolla. Poner en una olla con ½ c. salsa de tomate, 2 c. jugo de tomate, sal y pimienta al gusto, 1 c. agua caliente, 1 c. macarrones crudos, 1 t. azúcar. Hervirlo. Apague el fuego. Deje la tapa puesta durante 45 minutos. Atender.

**ROCAS DE CERVEZA**

375\* por 20 minutos   
MASA: Disolver 1 o 2 T. de levadura en 1 c. agua tibia. Agregue 2 cucharadas de azúcar, 2 cucharadas de aceite, 1 cucharada. sal, 1 huevo y 1 c. harina. Batir hasta que quede suave. Agrega 2 o más tazas de harina para hacer una masa suave. Amasar. Poner en un bol engrasado. Cubrir. Deje reposar aproximadamente 1 hora.

RELLENO: Dore 1 libra de carne molida. Drenar. Agregue 4 c. repollo rallado, 1 sm. cap. cebolla, ¼ c. agua, 1t. sal, un poco de pimienta. Deje cocinar a fuego lento durante 10 a 15 minutos hasta que el repollo esté cocido. Fresco. Estirar la masa. Córtelo en dieciséis cuadrados de 4”. Pon ¼ de taza de relleno en cada cuadrado. Levante los lados y colóquelos hacia abajo sobre una bandeja para hornear engrasada. Dejar reposar 1 hora. Hornear. refrigerar las sobras

# SOPA

## ESTOFADO DE CARNE

Dore de 1 a 2 libras. trozos de carne en 2 cucharadas de aceite. Agregue agua a la sartén limpia. Ponga carne, agua, 1 cebolla entera, 1 zanahoria entera, 1 lata de tomates, 4 a 5 c. agua, 2 hojas de laurel. Hervir. Cubrir. Cocine a fuego lento de 3 a 6 horas. Una hora antes de la cena retire la cebolla y la zanahoria y agregue: 4 patatas cortadas, 2 zanahorias en rodajas, 2 t. sal, ½ cucharadita. tomillo, ajo y pimienta. Mezclar 1/3 c. enharine con agua fría y agregue para espesar el guiso.

## CHILE

Dore 1 libra de carne molida, 1 taza. cap. cebolla. Agregue 3 latas de frijoles, 2 cucharadas de azúcar, 2 cucharadas. ajo en polvo, 1 t. sal, 2 latas de tomates guisados, 2 T. de chili pwd ., 2 T. de vinagre. Cocine a fuego lento durante 45 minutos. Agregue maíz o pimiento verde si lo desea.

OTRO: Cocine 2 c. frijoles crudos, cap. cebolla, 1 lata de tomates, 1 cucharada de chile en polvo, s&p , 1 cucharada. comino, 1 libra de hamburguesa. Cocine a fuego lento durante 15 minutos. Cubra con queso rallado y cebolla.

OTRO: Dore 1 libra de carne molida. Agregue 1 c. cap. cebolla, ½ pimiento verde cap. Cocinar. Drenar. Agregue 4 latas de frijoles con líquido, 2 litros de jugo de tomate, 1 lata de tomates enteros triturados, 2 – 3 t. sal, ½ cucharadita. comino, 3-4 cucharadas de chile en polvo. Cocine a fuego lento 1 hora

## SOPA DE FRÍJOL

Cocine 2 c. frijoles. 1 cap. cebolla, 1 zanahoria rallada, 2 c. cap. jamón, s&p , 2 cucharadas de ketchup o jugo de tomate. Cocine a fuego lento durante 20 minutos.

## MINESTRONE

Poner en olla: 2 c. tomates enlatados, 3 c. agua, 1 cubito de caldo de res, 1 c. salsa de tomate o ¼ c. salsa de tomate, 2 zanahorias cortadas en cubitos, otras verduras (repollo, judías verdes), 1 cap. cebolla, s&p , 2 c. frijoles cocidos o 1 lata de frijoles, ½ t. albahaca, ¼ t. orégano, 1 cucharada de perejil, 1 diente de ajo, 1 cucharada. azúcar, un poco de hamburguesa cocida. Hervir a fuego lento. Hervir para agregar 1 c. macarrones. Cocine por 10 minutos más.

## SOPA DE ALUBIA BLANCA

Freír 1 cap. cebolla en una sartén. Agrega 1 lata de frijoles blancos con líquido. Agrega el cubito de caldo y varias tazas de agua y albahaca. Agregue verduras si lo desea. Servir cuando esté caliente.

## GUISADO DE PARCHE DE COL

Dore ½ libra de carne molida con 1 cucharadita. cebolla. Escurrir la grasa. Agregue 2 c. agua, 2-3 c. cap. repollo y sal y pimienta al gusto. Cocine a fuego lento durante 15 minutos. Agregue 2 latas de frijoles, 1 cucharada de salsa inglesa, 2 cucharadas. chile pwd ., 2 cucharadas de azúcar. Cocine a fuego lento durante 45 minutos.

## SOPA FRANCESA DE CEBOLLA

Freír varias cebollas grandes en rodajas hasta que estén doradas. Agregue el cubo de caldo y el agua. Cocine a fuego lento durante 30 minutos. Sirva sobre pan francés en cubos. Cubra con queso rallado.

## SOPA BÁSICA DE TOMATE

2 litros de jugo de tomate, 1 T. de azúcar, 1 T. de caldo de pollo, 3 c. agua, 2 cucharadas de condimento para tacos o chile en polvo. Hervirlo. Servir caliente o frío. Bueno con sándwiches de queso asado.

## SOPA DE TOMATE

Saltear 4 dientes cap. ajo en 2 cucharadas de mantequilla durante 2 minutos. Agrega 2 cucharadas de pimentón. Agregue 1 ½ kg. tomates triturados o 3 lg. latas de tomates, 8 c. agua, 1 verdura. cubito de caldo o pollo, 3 cucharadas de pasta de tomate. Llevar a fuego lento durante 10-15 minutos. Alejar del calor. Agregue una pizca de cayena, s&p , 1 t. jugo de limón Enfríe o sirva caliente. Agregue hierbas, hierbas (perejil, albahaca, mejorana, tomillo, eneldo) justo antes de servir. Servir con crema agria. ALTERNATIVA: Disminuir el agua a 2 c. para salsa para servir con palitos de pan.

## CREMA DE TOMATE

Calentar 2 c. jugo de tomate y 1 lata de tomates triturados. Agrega 2 rodajas de cebolla, 2 dientes enteros, ½ t. sal. Agregue 4 cucharadas de mantequilla a 2 c. leche. Calor. Cuando esté listo para servir, agregue una pizca de refresco a la mezcla de tomate y agregue gradualmente la mezcla de tomate caliente a la leche caliente. Servir de inmediato. Siga las instrucciones exactamente.

## SOPA DE MACARRONES Y TOMATE

Saltee ¼ c. pimiento verde cortado en cubitos y ½ c. cap. cebolla en 2 cucharadas de mantequilla. Agregue: 1 lata de tomates triturados, 2 litros de jugo de tomate, una pizca de pimiento, ½ t. albahaca, ½ cucharadita. sal, 1 cucharada de azúcar, 1-2 hojas de laurel y 2 c. macarrones cocidos. Calentar hasta que hierva.

## CREMA DE VERDURAS

Salsa blanca de 1 ½ T. de mantequilla, 2 rodajas de cebolla, 1 ½ T. de harina, ½ t. sal y p, 3 c. leche. Agregue 1 c. verduras cocidas y servir con queso rallado encima.

## CREMA DE POLLO

Prepare como arriba y agregue: 2 c. pollo cocido cortado en cubitos, 1 cubito de caldo de pollo, 1 c. agua caliente, fideos cocidos O arroz cocido O papas cocidas cortadas en cubitos.

## SOPA DE PATATA Y QUESO

Saltear ½ c. cap. cebolla en ¼ c. manteca. Agregue ¼ de taza. harina, 1 ½ t. maicena, ½ t. pimentón, ½ cucharadita. sal y 4 c. leche caliente, 4 c. caldo de pollo calentado. Cocine 10 minutos. Agregue 1 c. puré de patatas, 1 c. puré de zanahorias. Remover. Calor. Vierta en tazones. Adorne con queso rallado y cap. perejil.

## SOPA SIN ALMEJAS

Cocine 5 rebanadas de tocino hasta que estén crujientes. Retire la grasa, excepto 3 cucharadas. Cocine 1 med. Cap. cebolla. Agregue 1 c. maíz enlatado, 1 c. patatas cocidas en cubos, 1 lata de crema de champiñones con 2 ½ c. leche, S&P. Puede usar 4 c. salsa blanca en lugar de sopa y leche. Calor. Cocine a fuego lento durante 5 minutos. Tocino y mantequilla para decorar.

## SOPA DE HUEVO

Agregue 1-2 cubitos de caldo a 3 c. agua. Hervirlo. Agrega 2 huevos batidos. Revuelva rápidamente. Cocine 1-2 minutos. Agregue los guisantes cocidos, las zanahorias, el maíz, cap. cebollas verdes. Agregue 2 cucharadas de maicena (4 cucharadas de harina) mezcladas con 4 cucharadas de agua fría. Hervirlo.

## ELLA GUISADO

Cubrir 2 kg. patatas en cubos con agua. Hervir 5 minutos y añadir 1 sm. cabeza de repollo rallado. Freír la zanahoria pelada y rallada y 2 cebollas picadas en 2 cucharadas de mantequilla. Agregue 2 cucharadas . hojas de zanahoria, 2 cucharadas . perejil, 5 hojas de laurel, S&P cuando las patatas estén casi cocidas. Hervir 10 minutos más. Servir con crema agria o mayonesa. ¡Sabe genial!.

## BORSCH

Cubra 2 libras. huesos de res o cerdo con agua. Hervirlo. Hervir a fuego lento. Freír 2 ca. cebollas, 1 cap grande. zanahoria, 1 cucharadita pequeña. remolacha en 3-4 cucharadas de aceite. Cuando esté suave agregue 1/3 c. agua y 1 lata de pasta de tomate. Agrega 1 lata pequeña de champiñones. Cuando la carne esté cocida, retire la carne de los huesos. Regrese la carne a la olla. Agrega sal con cap. 3-4 patatas, 1 repollo, 1 cap más. cebolla. Cocine a fuego lento durante 15 minutos y agregue 1 lata de frijoles pintos escurridos. Sirva con ajo fresco, perejil fresco y crema agria.

**CHILE BLANCO** de la hermana Romney

Remoje 1 libra de trozos secos. Las judías blancas durante 8-12 horas en agua. Drenar. Combinar 2 cad. cebolla y 48 oz. caldo de pollo. Llevar a ebullición y reducir el fuego. Cocine a fuego lento durante 1 ½ horas. Agregue 7 onzas. puede cap. chiles verdes, 6 – 8 dientes de ajo, 3 T. cap. orégano fresco, 4 t. comino, 1 ½ t. pimienta de cayena. Cocine a fuego lento de 30 a 60 minutos. Agregue 4 c. pollo crudo cortado en cubitos durante los últimos 30 minutos. Eliminar. Agregue 1 taza. crema agria y 2 c. queso blanco. Revuelva hasta que se derrita. Aderezo agridulce /guarnición de tomate: ¼ c. vinagre de sidra, ½ c. azúcar, jugo de 1 limón, 1 t. cebolla en polvo, 1 t. pimentón, 2 cucharadas. semilla de apio, 1 t. sal, 1/3 c. aceite, cap. cilantro y cap. Tomates. Poner en el medio de cada tazón.

# GUARNICIONES

**CAZUELA DE PATATAS**

350\* durante 30 minutos

Agrega a 4 papas peladas y cortadas en trozos: ¾ c. crema agria, ¼ c. leche, un poco de cap. cebolla, 1 c. queso rallado, sal y pimienta. Hornear. ALTERNATIVA: Hervir las patatas. Agrega el queso y una taza de salsa blanca. Calentar completamente.

OTRA: Rallar 5 o 6 patatas cocidas. Colóquelo en una fuente para hornear. Vierta 3 cucharadas de mantequilla derretida encima. Combine 1 c. de leche, 1 taza de caldo de pollo, 3 cucharadas finamente cap. cebolla verde y 1 c. queso rallado. Vierta sobre las patatas. No mezclar. Cubra la parte superior con 1 c. pan rallado con mantequilla (2 cucharadas de mantequilla derretida) y espolvorear con ½ c. queso rallado. Hornee a 325\* durante 30 minutos

**CAZUELA DE PATATA Y TOCINO**

425\* durante 40 minutos

Hierva y triture 2 libras de papas. Agregue ¼ de taza. mantequilla, 1 c. nata dulce (11-22%), 2 huevos, ½ - 1 c. Leche, sal y nuez moscada al gusto. Batir hasta que esté suave y esponjoso. Engrase un molde de 9x13. Poner en la sartén. Coloque ½ libra de tocino o jamón ahumado en las papas a intervalos y hornee hasta que se doren.

## EMPANADAS DE PATATA con SALSA

Ralla 2-4 patatas precocidas. Agregue 1 c. carne (pollo, jamón, atún), finamente cap. cebollas verdes, s&p , 4-6 huevos batidos. Mezcla. Haga hamburguesas finas con las manos y colóquelas en una sartén caliente con mantequilla derretida. Freír. Doblar. Servir con salsa blanca y queso.

## PAN de PATATAS

Derrita la mantequilla en una sartén. Agregue las papas precocidas en rodajas, finamente cap. cebolla, sal y pimienta. Marrón. Derrita el queso rallado encima. Sirva con salsa, tomates y pepinos.

## CENA FÁCIL DE PATATAS

Derrita la mantequilla en una sartén con tapa. Agrega 4 patatas peladas y cortadas en rodajas, 2 zanahorias y 1 cebolla . bien. Cocine a fuego lento y cubra. Voltee las verduras. Cuando esté tierno, apaga el fuego. Poner queso rallado encima y tapar. Servir con huevos, jamón, hot dogs, tomates, etc.

**PATATAS DE FIESTA**

350\* durante 30 minutos

Mezclar 4 c. patatas cocidas ralladas o 4 c. croquetas de patata congeladas. Agrega 2 latas de crema o salsa blanca, 2 c. crema agria, 1/3 c. cap. cebolla, 1 c. queso rallado. Colocar en cazuela. Mezclar 2 c. hojuelas de maíz trituradas y 2 cucharadas de mantequilla derretida. Espolvorea encima. Hornear.

ALTERNATIVO: 4 lg. patatas hervidas, trituradas. Combinar con 1 c. crema agria y ¾ c. queso rallado. Haga la salsa y viértala sobre las patatas y sirva. SALSA: Saltear ½ c. cap. cebolla en 3 cucharadas de mantequilla. Agrega 3 cucharadas de harina. Cocinar. Agrega 1 ½ taza. leche, 2 cubitos de caldo de pollo y 2 hot dogs, salami o jamón cap .

## PATATAS AUGRATIN con HUEVOS

Combinar 2 c. leche, 2 huevos batidos, 1 ½ c. queso rallado, sal y pimienta y agregar a 6 o 7 papas hervidas en cubos. Poner en una fuente para horno y hornear. Esta receta se puede utilizar con pasta (250 g.) en lugar de patatas. Puede agregar cap. cebolla.

## PASTELES DE PAPA

Rallar 3 c. patatas crudas peladas. Agrega 2 huevos batidos, 1 ½ T. de harina, 1 t. refresco, 1/3 cucharadita. polvo de hornear, 1 t. sal. Dejar caer a cucharadas en una sartén caliente con aceite o mantequilla. Aplanar. Dorar por ambos lados. Sirva con crema agria, puré de manzana u otros aderezos.

## PATINOS

Derrita 2 cucharadas de mantequilla en una sartén. Ralle las patatas prehervidas en una sartén. Sal y pimienta para probar.

Voltee mientras las papas se doran. Se puede agregar un cap. cebolla al gusto. Servir con huevos y tostadas. Agregue tocino o jamón para variar.

## COLIFLOR

Lavar y cortar en trozos. Cocerlo al vapor o freírlo con huevos y queso.

## CREPE DE COL

Mezclar: 1 sm. Cap. de repollo . bien, 1 manojo cap. cebollas verdes, ½ c. harina, 1 cucharadita. sal, 3 huevos batidos. Deja reposar 5 minutos. Vierta en una sartén engrasada caliente y cocine. Ponga encima varias lonchas de tocino. Voltear. Servir con salsa de soja.

## SALTEADO DE VERDURAS SOBRE ARROZ

Derretir ¼ c. mantequilla en una sartén. Cocine ¼ de cabeza cap. repollo hasta que esté cocido. Agrega 1 pimiento verde cortado en cubitos, 2 zanahorias ralladas y ½ cebolla picada. Cocinar. Agrega 2 huevos batidos. Cocinar. Agregue 2-3 cucharadas de soja y sirva sobre arroz cocido.

## VERDURAS ORIENTALES DE VERANO sobre ARROZ

Derrita 2 cucharadas de mantequilla. Agrega 1 cubito de caldo de pollo. Agregue 2 calabacines en rodajas medianas, ¼ de libra de champiñones frescos en rodajas y 3 zanahorias en rodajas medianas. Cocinar. Añadir 1 cm. Pimiento verde en tiras y ½ c. cebolla rebanada. Cocine 3 minutos más. Agregue 1T. jugo de limon. Mezclar bien. Y servir sobre arroz.

## PLATO DE VERDURAS CHINAS

Saltee 1 zanahoria rallada y 1 cap. cebolla. Agregue el repollo en rodajas y saltee en una sartén tapada. Agrega sal y salsa de soja al gusto. Vierta 4 huevos batidos sobre las verduras. Deje cocinar hasta que el huevo esté cuajado. Servir con abundante arroz y salsa china Heinz.

**QUICHE DE VERDURAS**

350\* durante 35 minutos

Engrasa una fuente para hornear. Espolvorea 1 c. verduras cocidas por encima y 1 c. queso rallado. Batir juntos 1 c. leche, 6 huevos, 3 cucharadas de cebolla picada, sal y pimienta. Vierta sobre las verduras. Hornear. Dejar reposar 5 minutos antes de servir.

## TORTILLA ESPAÑOLA

Calienta aceite o mantequilla en una sartén. Agregue ¼ de taza. cebolla picada y cocinar. Agregue ¼ de taza. cap. pimiento verde, tomates y ½ c. carne. Retirar de la sartén. Vierta 2 huevos batidos en la sartén como si fuera una tortilla. Justo antes de que esté listo, coloque las verduras, el queso rallado, el perejil, las aceitunas y p por un lado y doble. Sirva con salsa y crema agria. Zanahoria rallada y cap. Los pimientos rojos también quedan buenos en tortilla.

## HUEVOS Y TOMATES

Revuelve unos huevos. Agregue los tomates frescos cortados en cubitos antes de servir.

## CREMA DE JAMÓN y HUEVOS

Derrita 2 cucharadas de mantequilla. Cocine la cebolla picada. Agregue 3 cucharadas de harina, s&p , ¼ de cucharadita. mostaza. Agregue 1 taza. leche. Cocine hasta que espese. Agregue 3 huevos duros en rodajas y 1 taza. jamón cocido en cubitos. Sirva sobre arroz, fideos o tostadas.

**QUICHE RÁPIDO**

350\* durante 45 a 55 minutos

Engrasa una fuente para hornear. Espolvoree 3 rebanadas de tocino cocido o cap. jamón, 1 c. queso rallado, ½ c. cap. cebollas sobre el fondo. Batir 4 huevos y 2 c. leche. Combine ½ c. harina, ¾ cucharadita. sal ¼ t. refresco y una pizca de pimienta. Añadir a la leche y los huevos. Derrotar. Vierta en el molde y hornee. Deje reposar 10 minutos antes de cortar para servir.

## PASTA FRITA

Hervir la pasta. Saltee las verduras frescas o congeladas. Agrega la pasta a la sartén. Agrega especias al gusto y vierte 4 o 5 huevos. Cubra y cocine los huevos. Revuelva con frecuencia.

## ARROZ AL CURRIADO

Derrita 3 cucharadas de mantequilla, agregue 1 cucharadita. cebolla. Cocine 5 minutos. Agregue 1 c. arroz crudo y revuelva para cubrir con mantequilla. Agregue 2 c. caldo de pollo o ternera, 1 t. curry y ¼ c. Pasas. Hervirlo. Cocine a fuego lento durante 20 minutos.

## SALSA DE ENCHILADA

Calentar 4 c. jugo de tomate. Agrega 1 o 2 latas de pasta de tomate y 1 cucharada de azúcar. Remover. Haga una pasta de 1 cucharada de maicena (o 2 cucharadas de harina) con agua fría. Agregue al jugo y revuelva para espesar. Añadir 1 cucharadita. orégano, 1 cucharadita. comino, 1 cucharadita. chile pwd ., 1 t. pimentón, 1 cucharadita. albahaca. Deja cocinar a fuego lento 3 minutos. Rinde 1 cuarto. Se almacena bien.

**ENCHILADAS DE CALABACÍN**

350\* durante 30-50 minutos, 50 minutos si está frío

Caliente 2 ½ tazas de salsa para enchiladas preparada con 1 lata de tomates cortados en cubitos. Sumerja las tortillas (12) en la salsa para que se ablanden durante unos 10 segundos. Llene cada tortilla con 1/3 c. calabacín rallado y 2 cucharadas de queso. Enrolle sin apretar alrededor del relleno. Coloque la costura hacia abajo en una sola capa en una fuente para hornear poco profunda sin engrasar. Presione juntos para encajar. Cubrir con la salsa restante y espolvorear con queso. Refrigere u hornee. Calienta hasta que esté caliente y burbujeante. Sirva con puré de frijoles cocidos o arroz y crema agria. Se puede utilizar una mezcla de carne picante en lugar de calabacín.

**ENSALADAS**

## MEZCLA DE ADEREZO RANCHO

1 c. mayonesa, 1 c. suero de leche (o 2 tazas de crema agria para salsa), cebolla en polvo, ajo en polvo, pimentón, sal y pimienta

## ADEREZO PARA ENSALADA SIMPLE

Combinar: 1/3 c. vinagre, 2/3 c. aceite de oliva u otro, una pizca de sal, una pizca de azúcar, una pizca de pimienta, hierbas como orégano, albahaca, eneldo, perejil. Agitar. O (PARED) ¼ c. azúcar, 1/3 c. aceite, ¼ t. sal, 1/3 c. vinagre de sidra o de vino tinto, un toque de salsa inglesa.

## ADEREZO MIL ISLAS

Mezclar y enfriar: 2 ½ c. mayonesa, 1/3 c. miel o azúcar, 1 cucharada de vinagre, ¼ de cucharada. ajo en polvo, 2 cucharadas de salsa de tomate ½ cucharada. sal, 1 cucharadita. hierbas para ensalada ( Vegeta )

## SALSA FÁCIL

Calor: 1 lata grande de tomates triturados, unas gotas de vinagre ruso, ½ c. cap. cebolla, 1 cucharadita. orégano o condimento italiano, 1 t. azúcar, ½ - 1 cucharadita. chili pwd ., 1 diente de ajo picado. Enfriar. Úselo como salsa o salsa picante.

## SALSA FRESCA

Revuelva hasta que esté bien mezclado. 5-6 tazas finamente cap. tomates frescos, 1-2 cap. pimientos verdes, 1 diente de ajo picado, ½ t. sal, ½ cucharadita. chile en polvo, 1 cap grande. cebolla, 2-3 c. cap. pepinos, ¼ t. pimienta, 1 cucharada de jugo de limón. Cap. verduras. bien. Almacenar en refrigerador . Vierta el líquido a medida que se asiente. Usar en 1 semana.

## SALSA

1 manojo cap. cilantro, 1 manojo cap. cebollas verdes, 3 cap. cebollas moradas, 3 kg. tomates cortados en cubitos, 4 dientes de ajo fresco, 2 cap. pimientos morrones, 4 pimientos picantes, 2 t. sal, ½ cucharadita. pimienta negra, ½ cucharadita. pimiento rojo, 3 cucharadas. Vinagre ruso, 140 gramos de pasta de tomate.

## ENSALADA DE DEDOS DE CANGREJO

Mezcle: palitos de cangrejo cortados en cubitos, arroz cocido, huevos duros cocidos cortados en cubitos, maíz, cebolla finamente picada, eneldo, cilantro, perejil, s&p , mayonesa para unir

## ENSALADA DE PAPAS

5-6 patatas cocidas y peladas, cortadas en cubitos, 2-3 huevos duros cocidos cortados en cubitos, ¼ c. cap. cebolla. Agregue mayonesa (1/2 - 1 taza), 1 t. azúcar, s&p , 1 t. mostaza o más, 1 T. de leche. Añadir cap. tomate, pepinos, cebolla verde, pimientos, pepinillos encurtidos, guisantes y zanahorias cocidos. Enfriar.

## ENSALADA DE REMOLACHA

Cocine 1 remolacha grande en agua hirviendo durante 1 hora. Retire la piel y la raíz después de cocinar. Fresco. Rallar remolacha o cap. bien. Agregue ¼ de taza. nueces y mayonesa. Servir frío.

OTRO: Rallar las remolachas. Agregue 1 lata de frijoles escurridos, cap. ajo, una pizca de sal y mayonesa. Atender.

## ENSALADA DE COL FÁCIL – ENSALADA DE COLE

Combinar: ½ cabeza ch. repollo, 2 cucharadas. vinagre, 1 cucharadita. cebolla verde, 2 cucharadas de leche, 2 cucharadas de azúcar, ¼ c. mayonesa, 1 zanahoria rallada. Enfriar. OTRO: Espolvoree 3 cucharadas de vinagre, 3 cucharadas de azúcar sobre la cap. repollo. Refrigerar 6 horas. Drenar. Agrega ½ taza. cap. cebolla y 1 pepino ch y sin semillas. Sirva con aderezo para ensalada.

OTRO: Combine el repollo, 1 zanahoria rallada, 1 cebolla verde picada. Mezcle ¼ c. mayonesa, 2 t. de azúcar, 2 t. de leche, 2 t. vinagre. Revuelva juntos. Enfriar.

## ENSALADA DE MANZANA

Mezcle ¼ c. mayonesa, 2 cucharadas. jugo de limón, 1 cucharada de azúcar, ½ cucharada. sal, pizca de pimienta. Mezcle con ¼ de cabeza rallada

repollo y 1 cap. manzana. Sirva de inmediato . Puede agregar 2 t. leche.

OTRO: ½ cabeza ch. col fina, 1 naranja pelada y cortada en trozos, 2 cucharadas de zumo de naranja, 1 cucharada de azúcar. Mezclar y dejar reposar 10 minutos antes de comer. Bueno con cap. manzana.

## ENSALADA DE MACARRONES CON ZANAHORIA

Enjuague 3 c. macarrones cocidos en agua fría. Licuar ¾ c. mayonesa, 3 cucharadas de jugo de limón, 3 cucharadas de agua, 1 cucharada. sal y pimienta. Agregue macarrones, 2 c. zanahorias ralladas y ½ c. Pasas. Sacudida. Enfriar. Atender.

## ENSALADA DE FRUTAS DE POLLO

Cortar 1-2 c. pollo cocido en trozos pequeños. Combine ¼ c. mayonesa y 1 cucharada de jugo de limón. Mezclar con 1 cap. pepino, 1 cap. manzana o pera, 2 T. verde cap. cebolla, 1 racimo de uvas pequeño, sal. Deja reposar 10 minutos. También se puede agregar piña y/o almendras. Se pueden cortar las uvas por la mitad y quitarles las semillas.

## ENSALADA DE ARROZ CON FRUTAS

Mezclar 1 ½ c. trocitos de piña con ¼ c. pasas (reblandecer en agua hervida y escurrir) y 2 c. arroz cocido y enfriado. Agrega un poco de jugo de piña. Batir ½ c. crema para batir , ¼ t. extracto de almendras y ½ c. azúcar. Incorporar al arroz. Agrega: 1 lata de mandarinas, 2 plátanos en rodajas.

## ENSALADA DE FRUTAS CONGELADAS

Mezclar 2 c. crema agria o yogur, 1/3 c. azúcar, una pizca de sal, 1 lata de piña triturada, 1-2 naranjas cortadas, otras frutas como melocotones o bayas, 1 cucharada de jugo de limón, 3 plátanos triturados y ½ c. cap. nueces. Congelar en moldes para muffins preferiblemente. 15 minutos antes de servir, sacar del congelador.

# PAN

## TORTILLAS DE HARINA

Mezclar 3 c. harina, ½ cucharadita. sal, 1 ½ cucharada de levadura en polvo. Incorpora 3 cucharadas de aceite. Agregue 1 taza más 2 cucharadas de agua y mezcle hasta que se absorba. Cubrir. Dejar reposar 10 minutos. Dividir en 10-12 bolas. Enrollar muy fino. Cocine en una sartén sin engrasar hasta que se dore. Doblar.

PARA SERVIR: Cubra con puré de frijoles cocidos, queso, hamburguesa sazonada, cap. cebollas, pimientos verdes, crema agria y salsa. Enrollar y comer. O mantequilla con mantequilla y colóquela en una sartén con queso rallado, cap. cebolla verde y pimiento verde. Coloque otra tortilla (con el lado untado con mantequilla hacia arriba). Dorar en una sartén hasta que el queso se derrita y se mantenga unido. Cubra con salsa.

## SÁNDWICH DE FRIJOLES

Cocine los frijoles hasta que estén lo suficientemente suaves como para hacer puré. Escurrir el líquido. Sazone con cap. cebolla, sal, ajo, chile pwd ., salsa tabasco. Sirve sobre 2 rebanadas de pan tostado con rodajas de tomate y queso o acompaña con tacos.

========================

**MUFFINS LIGERO PLUMA**

325\* durante 20-25 minutos 8-10 muffins

1/3 taza manteca vegetal, ½ c. azúcar y 1 huevo. Combine con 1 ½ c. harina de bizcocho o normal, ½ t. sal, 1 ½ cucharadita. polvo de hornear, ¼ t. nuez moscada y ½ c. leche. Llene los moldes para muffins engrasados hasta 2/3 de su capacidad. Hornear.

**PAN DE AVENA o MUFFINS**

400\* durante 18 minutos o 350\* durante 30-40 min.

Vierta 2 tazas. suero de leche o leche agria más de 2 c. avena. Dejar reposar 5 minutos. Agrega 2 huevos y 1 c. o menos. azúcar. Combinar:

2c. harina, 1 cucharada de levadura en polvo, 1 cucharada. sal, 1 cucharadita. bicarbonato de sodio. Agrega ½ taza. aceite para rebozar. Hornee en un molde o en moldes para muffins (18).

**MUFFINS DOBLES DE LIMÓN**

375\* por 20 minutos PUTNAM

Combine 3 ½ c. harina, ½ cucharadita. bicarbonato de sodio, 1 cucharada de levadura en polvo, ½ cucharada. sal y 1 ½ c. azúcar. Combine la cáscara de 2 limones, 1 c. leche, ¼ c. jugo de limon. Agregue 2 huevos y 2 barras de mantequilla derretida a los ingredientes secos. Revuelva rápidamente para combinar. Vierta en moldes para muffins engrasados casi hasta arriba. Hornear. Está bien hacer media receta.

**PAN DE LIMÓN**

300\* durante 50-55 minutos

De Sister Gee (Ekaterimburgo)   
Mezclar: 2 c. manteca vegetal, 4 c. azúcar, 6 huevos, 2 ¼ c. leche, 6 c. harina, 1 cucharada de sal, 1 cucharada de levadura en polvo, 4 ralladuras de limón. Vierta en moldes para pan. ADORNO: 2 c. azúcar, jugo de 4 limones. Calentar hasta que el azúcar se disuelva. Vierta sobre pan caliente y déjelo en el molde hasta que se enfríe. OPCIÓN: Corta esta receta por la mitad.

**PAN DE MAÍZ**

375\* durante 30 minutos para sartén

Derretir ½ c. manteca. Agregue 2/3 c. azúcar. Agrega 2 huevos. Combine 1 c. suero de leche y ½ t. soda. Agregue 1 c. harina, 1 c. harina de maíz amarilla, ½ t. sal. Revuelva hasta que se mezclen. Vierta en un molde cuadrado de 8” o hornee como muffins.

**GALLETAS BÁSICAS**

450\* durante 10-12 minutos (350\* durante 20 minutos)

Combinar 2 c. harina, ½ cucharadita. sal, 3 o 4 t. Levadura en polvo. Corte 4 cucharadas de mantequilla (hasta 8 cucharadas). Agregue 2/3 c. leche. Amasar 10 veces. Enrolle ½ “de espesor. Cortar con cortador enharinado o vaso. Hornee a ½ “de distancia.

QUESO: Agregue ¼ c. queso rallado para rebozar. Estire y espolvoree la parte superior con ¼ de taza adicional. queso.

SALCHICHA: Extiéndala con un rodillo de 1/3” de espesor. Untar con relleno de chorizo frito y cebolla, escurrido. Cortar en rodajas y hornear. Servir con salsa blanca o salsa de champiñones. Puede usar hamburguesa pero sazone con s&P , salvia y tomillo.

PASAS: Agregue ½ c. pasas a los ingredientes secos, mezclar. Estirar la masa. Untar con mantequilla blanda. Espolvorea con ¼ c. azúcar y 1 t. canela. Enrollar. Cortar en rodajas de ½”. Colóquelo en una bandeja para hornear, cubra con mantequilla y azúcar. Hornear

MANZANA en JARABE: Preparar el almíbar. Hervir 2 c. agua y 1 ½ c. azúcar durante 5 minutos. Enrolle la masa de 1/3” de espesor. Untar la masa con 4 ch. manzanas. Enrollar. Cortar en rodajas de 1 ½”. Vierta el almíbar en el molde. Coloque las rodajas en almíbar. Salpique con mantequilla y espolvoree con azúcar y canela. Hornee a 425\* durante 20 min. Servir con leche o helado.

CANELA: Enrolle 1/3” de espesor. Untar con mantequilla blanda, azúcar moreno, canela, pasas, nueces. Enrollar, cortar y hornear.

**SALSAS DE MANTEQUILLA**

450\* durante 15-20 minutos

Putnam: receta 4X para 10 personas hambrientas

Derrita 1 cubo de mantequilla en un molde de 9x13. Retire la sartén del horno tan pronto como se derrita. Mida 1 ½ c. harina con 2 t. azúcar, 2 cucharadas. polvo de hornear, 1 t. sal. Agregue 2/3 c. leche. Voltear sobre una tabla y amasar 10 veces. Enrolle ½” de espesor y córtelo por la mitad a lo largo. Gírelo en forma transversal para formar 18 palitos. Sumerja cada barra en mantequilla derretida por todos lados. Organizar en 2 filas. Hornee hasta que esté dorado. Servir caliente.

**POSTRE**

## donas

1 c. kéfir, 4 huevos, 2 c. azúcar, 4 ½ c. harina, ½ cucharadita. polvo de hornear, 1 t. sal, 1 cucharadita. refresco, 3 cucharaditas. nuez moscada. Estirar la masa. Agregue harina según sea necesario. Recorta las rosquillas. Freír en aceite. Escarcha con 1/8 c. leche mezclada con pwd . Azúcar.

**MANZANA CRUJIENTE**

350\* durante 20 minutos o más

Corta 3 manzanas en rodajas finas. Colóquelo en la sartén. Mezclar: ½ c. avena, ¾ t. canela, ½ c. harina, 2/3 c. azúcar, 1/3 c. mantequilla, ¾ cucharadita. nuez moscada o vainilla. Extender encima. Hornear.

OTRO: Combine 4-8 c. manzanas en rodajas, ¾ c. azúcar, 1 cucharada de canela, 1 cucharada de jugo de limón. Poner en un molde de 9×13. Espolvorear encima: 2 c. harina, 1 c. azúcar, ¼ t. sal, 1 cucharadita. polvo de hornear, 1 c. mantequilla cortada y piel de naranja rallada opcional. Hornee por 1 hora.

OTRO: 4c. manzanas en rodajas. Combine ½ c. agua, ½ c. mantequilla derretida, ½ t. sal, 1 ½ T. de canela y 1 T. de jugo de limón. Vierta sobre las manzanas. Combine ½ c. mantequilla, 3 cucharadas de harina y 1 c. azúcar. Mezcla. Agregue 1 ¼ c. hojuelas de maíz trituradas. Presione sobre las manzanas. Hornee a 375\* durante 30-35 minutos. Agregue avena a la cobertura si lo desea.

**CHARLOTTE con MANZANAS**

350\* durante 10 o 15 minutos

Cortar 3 o 4 manzanas en trozos y calentar en una sartén con mantequilla. Batir 3 huevos. Agregue 1 c. azúcar, 1 cucharadita. vainilla y 1 c. harina, 1 cucharadita. Levadura en polvo. Vierta encima de las manzanas. Hornear.

**TARTA DE MANZANA RUSA**

350\* durante 45 minutos

Mezclar: 4 huevos, 1 ½ c. azúcar, ½ cucharadita. vinagre o jugo de limón, 1 ½ c. harina, 1 cucharadita. polvo para hornear, 4 o 5 manzanas cortadas en cubitos.

Colocar en un molde engrasado. Hornear.

**TARTA DE MANZANA**

350\* durante 55 minutos   
Mezclar: 2 c. azúcar, 1 c. manteca vegetal (media mantequilla), 3 huevos, 3 c. harina, 2 cucharadas. canela, 1 cucharadita. nuez moscada, ¼ t. sal, 2 cucharaditas. refresco disuelto en media taza de agua, 4 c. cap. manzana, 1 c. nueces (opcional). Hornear.

SALSA (opcional): Media taza de almíbar Karo, media taza de azúcar, media taza de azúcar morena, 2 cucharadas de mantequilla. Hervir. Alejar del calor. Agregue 1 c. leche evaporada o nata y 1t. vainilla.

## PLÁTANOS CONGELADOS

Derrita 2 barras pequeñas de chocolate a fuego lento. Pelar 4 plátanos. Enrollar en chocolate derretido. Enrolle en 1 c. cap. nueces. Envolver en plástico y meter en el congelador.

**ARROZ CON LECHE AL COCINA**

Trae 3 c. Hierva la leche en una cacerola pesada. Agregue ½ c. arroz crudo, 1/3 c. pasas, ¼ t. sal. Tape y cocine a fuego lento durante 30 a 40 minutos hasta que se absorba la mayor parte de la leche. Vierta en platos. Unte con mantequilla y espolvoree con canela.

**EL MEJOR ARROZ CON LECHE**

Escaldar 4 c. leche (parte crema). Combina 1T. maicena (o 2 cucharadas de harina), ½ c. sal, 1 c. azúcar. Incorpora la leche. Calentar hasta que esté espeso y suave. Agregue 2 c. arroz cocido. Vierta un poco de mezcla caliente en 4 huevos batidos. Revuelva rápidamente. Regrese la mezcla de huevo a la leche caliente y cocine hasta que espese. Alejar del calor. Agregue 1 cucharadita. extracto de limón o jugo de limón (más) y 1 t. vainilla. Enfriar. OPCIÓN: Use canela y nuez moscada y ½ c. pasas en lugar de limón.

**ARROZ CON LECHE AL HORNO**

350\* durante 45 minutos

Combinar 2 c. leche y 4 huevos batidos. Agregue 2 c. arroz cocido, 2 cucharadas de mantequilla, ½ - 1 c. azúcar (al gusto), ¼ t. canela, 1 cucharadita. vainilla y ralladura de un limón (opcional). Vierta en un molde para hornear engrasado de 9×13. Hornear.

**Zapatero del día perezoso**

350\* durante 40 - 45 minutos

Derretir ½ c. mantequilla en un molde de 9×13. Mezclar 1 c. harina, ¾ c de leche, 1 c. azúcar, 1 ½ cucharadita. Levadura en polvo. Vierta sobre la mantequilla. No revuelvas. Vierta una lata grande de duraznos con almíbar. Espolvorea con ½ c. azúcar y 1 t. canela. Hornear. Servir con helado o crema batida.

**ZAPATERO DE FRUTAS**

400\* durante 15 minutos

Combine 4 ½ c. de fruta (manzanas, melocotones, etc.), ¾ c. azúcar, 1 cucharada de harina, 1/8 cucharadita. canela o nuez moscada. Poner en una fuente para hornear. Colocar la masa encima. MASA: 1 ½ c. harina, 2 cucharadas. polvo de hornear, ½ cucharadita. sal, 2 cucharadas de azúcar. Remover. Cortar en ¼ c. manteca. Agrega 1 huevo batido y ½ c. leche. Extiéndalo y colóquelo sobre la fruta o colóquelo a cucharadas sobre la fruta. Hornear. Servir con leche o helado.

**TARTA DE QUESO**

Mezclar 400 gramos. queso crema (Viola) y 1 ¾ - 2 c. leche condensada ( Moloko c caxapen ). Agregue lentamente ½ c. jugo de limón (2 limones medianos) y ½ paquete de vainilla en polvo. CORTEZA: Triturar 3-4 c. galletas, 2-4 cucharadas de miel, 2-4 cucharadas de mantequilla. Combine y dé golpecitos en la sartén con una cuchara. Colocar en el refrigerador. Vierta el relleno de queso crema y déjelo por unas 2 horas. COBERTURA: Calentar las bayas con un poco de azúcar y maicena en agua fría. Revuelva hasta que espese. Sirva encima o use mermelada.

**PASTEL DE YOGUR**

350\* durante 8 minutos.

CORTEZA: 1 ½ paquete. Galletas Graham, galletas trituradas (1 ½ tazas), 1/3 c. azúcar, 1/3 c. mantequilla derretida. Golpee suavemente el fondo y los lados del molde para pastel. Hornear. Fresco.

RELLENO: 1 cuarto de galón. Yogur, 1/3 taza. pwd . azúcar, 2 c. fruta fresca, cortada en trozos pequeños 12 oz. Kool látigo o dulce wh. Crema. Mezclar todo junto. Vierta la base del pastel y congele durante la noche.

**BORDE DE LA TARTA**

Revuelva 2 c. harina y 1 t. sal juntos. Cortar: 2/3 c. + 2 cucharadas de mantequilla. Espolvorear 4 o 5 T. de agua fría. Remover. Dividir en dos partes. Enrolle cada uno para obtener una base.

**CORTEZA DE PASTELERÍA AL ACEITE**

Medida 1 c. más 2 cucharadas de harina, ½ cucharada. sal. Agrega ½ taza. aceite y mezclar hasta obtener trozos pequeños. Espolvoree 2-3 cucharadas de agua fría hasta que se humedezca la harina. No agregue más agua. Presione firmemente en la bola. Coloque la masa aplanada entre 2 piezas de plástico y extiéndala. Para la cáscara precocida, hornee de 12 a 15 minutos en el horno caliente. 450\*

**PASTEL DE CREMA DE VAINILLA**

Combine 2/3 c. azúcar, una pizca de sal, 2 ½ cucharadas de maicena (5 cucharadas de harina), 1 cucharada de harina en una cacerola. Agregue gradualmente 3 c. leche. Cocine a fuego moderado hasta que espese. Hervir 1 minuto. Incorpora lentamente ½ mezcla a las 3 yemas de huevo batidas. Vierta nuevamente en la mezcla caliente y hierva 1 minuto más, revolviendo constantemente. Retire del fuego y mezcle 1 ½ t. vainilla y 1 cucharada de mantequilla. Deje enfriar y vierta sobre la base del pastel o sirva como pudín. VARIACIONES: Cubra con wh. Crema. Espolvorea con nueces o bayas frescas.

**PASTEL DE CALABAZA**

425\* durante 15 minutos y 350\* durante 45 minutos más

Mezclar: 2 huevos, ¾ c. azúcar, 1 ½ c. calabaza, 1 2/3 c. leche evaporada o nata, ½ t. sal, 1 cucharadita. canela, ½ cucharadita. jengibre. Vierta en una base para pastel sin hornear de 9 ”. Hornear.

**TARTA DE MANZANA**

450\* durante 10 minutos, luego 350\* durante 40 minutos

Mezclar: 6 manzanas peladas y cortadas en rodajas, 3 cucharadas de harina, ¼ cucharadita. sal, ½ c. azúcar, 1 cucharadita. canela. Colóquelo en la base para pastel sin hornear. Salpique las manzanas con 4 cucharadas de mantequilla. Cubra con la corteza o la corteza migaja:

CORTEZA DE MIGA: ½ c. azúcar, 1/3 c. mantequilla y ¾ c. harina. Licuar con 2 cuchillos. Espolvoree encima del pastel en lugar de una base.

**TORTA BÁSICA**

350\* durante 25-20 minutos

Mezclar: 3 huevos, 1 c. azúcar, 2 c. harina, 2 cucharadas. canela, 1 cucharadita. sal, 4 cucharaditas. hornear pwd ., 2 t. vainilla, 1 c. leche, 4 cucharadas de aceite. Hornear. HELADO: Derrita 2 cucharadas de mantequilla. Agregue: ½ c. azúcar, 3 cucharadas de harina, 2 cucharadas. canela

**TARTA DEL DÍA OCUPADO**

350\* durante 25-30 minutos

1 1/3 taza. harina, 2 cucharadas. polvo de hornear, 2 t. canela (opcional), 2/3 c. azúcar, 1 huevo, ¼ c. mantequilla, 1 cucharadita. vainilla, 2/3 c. leche, manzana rallada o dos (opcional). Hornear.

**TORTA BLANCA**

350\* durante 30 minutos

Crema: 1 ½ c. azúcar, ¾ c. mantequilla, 2 huevos, 1 ½ t. vainilla, 1 cucharadita. sal. Agregar: 2 ¼ c. harina, 1 cucharada de levadura en polvo y 1 c. leche

Vierta en la sartén. Hornear.

**PASTEL PEREZOSO**

350\* durante 20-30 minutos

Batir bien 3 huevos durante 5 minutos con batidora. Agregue lentamente 1 c. azúcar. Agregue 1 c. harina, ½ cucharadita. sal y 1 t. vainilla. Vierta en un molde engrasado. Si lo desea, corte manzanas u otras frutas en el fondo del molde y vierta la masa sobre la fruta.

**TORTA DE COMPOTA DE MANZANA**

350\* durante 35 minutos

Mezclar 1 huevo con ½ c. mantequilla, 1 c. puré de manzana, 1 cucharadita. vainilla. Añadir: 2 c. harina, 1 cucharadita. pimienta de Jamaica o canela, ¼ t. nuez moscada, 1 cucharadita. bicarbonato de sodio, ½ cucharadita. clavo molido, ¼ t. sal, 1 c. azúcar moreno, ½ c. Pasas. Vierta en un molde de 8×8.

**PASTEL DE ZANAHORIA**

350\* durante 45 a 50 minutos

Combine 1 ½ c. aceite y 2 c. azúcar. Agrega 4 huevos bien batidos. Mezclar 2 c. harina, 1 cucharadita. refresco, 2 cucharaditas. canela, 2 cucharaditas. sal. Agregue a la mezcla de huevo. Mezcla bien. Agregue 1 cucharadita. vainilla, 3 c. zanahorias ralladas, 1 c. pasas y 1 ½ c. nueces. Vierta en un molde engrasado de 9×13. Hornear. HELADA con ½ c. mantequilla, 100 g. queso crema ( Valio Viola), 1 lb. pwd . Azúcar y 2 ½ t. vainilla

**TORTA DE MAYONESA**

350\* durante 30 minutos

Batir juntos: 1 c. azúcar, 1 c. mayonesa, 1 c. agua y 2t. vainilla. Agregue 2 c. harina, 4 t. cacao, 2 t. soda. Mezcla bien. Vierta en un molde de 9x13. Hornear.

**PASTEL DULCE DE TEXAS**

375\* durante 25 a 30 minutos

Calentar 1 c. agua, ¼ c. cacao y 1 c. manteca. Mezclar 2 c. harina, ¼ t. sal, 1 cucharadita. canela, 2 c. azúcar, 1 cucharadita. soda. Agrega la mezcla caliente. Mezcla bien. Agrega 2 huevos, ½ c. suero de leche, 1 cucharadita. vainilla. Vierta en un molde engrasado. Hornear. HELADA con ½ c. mantequilla derretida con ¼ c. cacao y 1/3 c. leche. Agregue 1 libra de pwd ., azúcar. Mezclar bien. Cubre el pastel mientras está caliente.

OTRO: (Putnam) Combina 2 c. harina, 2 c. azúcar, ½ cucharadita. sal, ½ cucharadita. canela. Combine 2 barras de mantequilla, 1 c. agua y 7 T. de cacao y calentar hasta ebullición. Añadir a la harina. Agregue 1 taza. crema agria, 1 cucharadita. refresco y 2 huevos. Añadir 1 cucharadita. vainilla. Vierta en un molde para panecillos de gelatina engrasado y enharinado. 375\* durante 20-25 minutos. Agregue nueces si lo desea. Escarcha.

**PASTEL LOCO**

350\* durante 35 a 45 minutos

Mezclar 3 c. harina, 6 t. cacao, 1 t. sal, 2 cucharaditas. refresco, 2 c. azúcar. Haz 3 pocillos. Pon 2 t. vainilla, 2 cucharadas de vinagre, ¾ c. petróleo en cada pozo. Vierta 2 tazas. riegue todo y mezcle hasta que se mezclen. Hornee en un molde de 9x13.

**PASTEL DE PUDÍN DE BROWNIE**

350\* durante 40-45 minutos

Combine 1 c. harina, 2 t. cacao, ½ t. sal, ¾ c. azúcar, 2 cucharadas. Levadura en polvo. Agrega ½ taza. leche, 1t. vainilla, 2 cucharadas de aceite. Nueces, si lo desea. Poner en la sartén. Espolvorea por encima una mezcla de ¼ c. cacao y ¾ c. azúcar. Vierta 1 ¾ c. agua sobre todo. No revuelvas. Hornear.

**HELADO FUDGY**

¼ taza mantequilla blanda, 1/3 c. cacao, una pizca de sal, 1 t. vainilla, 2 c. pwd . azúcar, 3 o 4 T. de leche. Ponga la leche al final poco a poco.

**SIROPE DE CHOCOLATE**

Hervir 5 minutos: 5 T. de cacao, 6 T. de azúcar, 4 T. de leche, 100 gramos de mantequilla.

**SALSA DE FUDGE MÁGICA**

1 porcion

Quik de Nestlé , 1 T. mantequilla de maní, 1 T. agua. Revuelva juntos.

**BARRAS DE CHOCOLATE REVEL**

350\* durante 20-25 minutos

Crema juntos 1 c. mantequilla, 2 c. azúcar, 2 huevos y 2 t. vainilla. Combine 2 ½ c. harina, 1 cucharadita. refresco, 1 cucharadita. sal, 3 c. avena. Agregue a la mezcla de crema. Extienda 2/3 de la masa en un molde engrasado. Cubrir con relleno de chocolate o caramelo. Ponga el resto de la cobertura encima. Hornear. Fresco. Cortar en cuadrados. CHOCOLATE: Calentar lentamente: 1 c. trozos de chocolate, 1 lata de leche condensada, 2 t. de mantequilla, ½ t. sal, 2 cucharaditas. vainilla y opcional 1 c. cap. nueces. CARAMELO: Hervir una lata de leche condensada sin abrir durante 1 hora. Vierta sobre la mezcla de avena y espolvoree con trozos de chocolate. Hornear.

**COOKIES BÁSICAS**

350\* 8 a 10 minutos

Batir: 1 c. mantequilla, 1 c. azúcar, ½ c. azúcar morena. Agregar: 2 huevos, 2 t. vainilla. Mezclar y agregar: 3 c. harina, ½ cucharadita. sal, 1 cucharadita. refresco Agregue: M&Ms, chispas de chocolate, nueces, pasas. Dejar caer sobre una hoja engrasada.

OTRO: 2/3 c. mantequilla, 1 c. azúcar, 1 huevo y 1 t. vainilla. Combine 1 ½ c. harina, ½ cucharadita. sal, ½ cucharadita. soda. Licuar y agregar trozos de chocolate y/o nueces, pasas, 1 c. avena, etc. Colóquelo en una bandeja para hornear. Hornear. 375\* durante 10 minutos.

**GALLETAS DE AVENA**

350\* durante 8-10 minutos

Crema ¾ c. mantequilla, 1 ½ c. azúcar, ¼ c. agua 1 huevo, 1 t. vainilla. Agregue 1 c. harina, 1 cucharadita. sal, ½ cucharadita. refresco, 3 c. avena (1 taza de nueces y 1 taza de pasas opcional). Hornee en bandejas engrasadas.

**GALLETAS DE MANTEQUILLA DE MANÍ**

350\* durante 10 minutos

Crema 1 c. mantequilla, 1 c. mantequilla de maní y 2 c. azúcar. Agrega 2 huevos, 1 t. vainilla, 1 cucharada de leche. Combinar 2 c. harina, ½ cucharadita. sal y 1 t. soda. Revuelva juntos. Enfriar. Forme bolas de 1”. Presione hacia abajo con el pulgar o un tenedor sobre una bandeja para hornear sin engrasar. Hornear.

**DELICIA DE COCO**

350\* durante 20-30 minutos

Combine 1 c. mantequilla, 2 c. azúcar, 4 huevos, 2 t. vainilla y 2 cucharadas de jugo de limón (o 1 cucharada de extracto de limón). Mezclar bien. Combine 1 ½ c. harina, 1 cucharadita. sal, 1 cucharadita. polvo de hornear, 2/3 c. Coco. Colocar en un molde engrasado. Escarcha con glaseado blanco.

**GALLETAS DE AVENA SIN COCER**

Cocine en una sartén hasta que hierva: 2 c. azúcar, 3 cucharadas de cacao, ½ c. leche, ½ c. manteca. Hervir exactamente 1 minuto. Deje enfriar hasta que esté tibio sin revolver. Añadir: 3 c. copos de avena, ½ c. mantequilla de maní, 1 t. vainilla, una pizca de sal. Derrotar. Colóquelo en una bandeja para hornear galletas. Refrigerar.

**GALLETAS FINLANDESAS SIN HORNEAR**

Combine 1 c. avena, 1 cucharadita. vainilla, ½ c. mantequilla, ¾ c. azúcar, 1 cucharada de cacao. Formar bolitas y pasar por coco, cap. nueces o pwd . Azúcar. Refrigerar.

**BARRAS DE ARROZ KRISPIES**

Combine 5 c. Rice Krispies y 5 c. hojuelas de maíz y 1 c. Coco. Derretir ½ c. margarina y 1 libra de malvaviscos. Remover. Vierta sobre el cereal. Presione en un molde engrasado de 9×13. Fresco. Cortar. Se pueden agregar maní, M&M y chips.

**GALLETAS ARMENIAS**

350\* durante 10-12 minutos

Combine 3 huevos, 1 c. azúcar y 1 c. aceite. Agregue 3-5 tazas. harina, 1 cucharadita. soda. Harina suficiente para poder estirar la masa. Espolvoree con 2-3 t. canela, ¼ c. cap. nueces. Enrollar como si fueran panecillos de canela. Cortar en ½ c. piezas. Hornear.

**FUDGE de Rusia**

Derretir 700 gramos de chocolate (blanco, negro, con leche) a baño maría. Agregue 1 cucharadita. azúcar de vainilla y ¼ t. sal. Alejar del calor. Agrega bien 2 latas (800 g) de leche condensada azucarada. Se pone rígido rápidamente. Vierta en un plato o tazón. Refrigerar. Use más leche para obtener un dulce de azúcar más suave.

**GALLETAS CON CHISPAS DE CHOCOLATE**

375\* durante 8-10 minutos. No hornee demasiado.

Nata 2/3 c. mantequilla, 2/3 c. manteca vegetal (o toda la mantequilla), 1 c. azúcar, 1 c. azúcar morena. Agrega 2 huevos y 1 t. vainilla. Asociarse con otros

3c. más 2 cucharadas de harina, 1 cucharada. sal, 1 cucharadita. refresco, 2 c. chispas de chocolate o M&Ms. Bandeja para hornear 1 cucharada por galleta. Hornear

SUSTITUTO DEL AZÚCAR MARRÓN: 2 c. azúcar blanca y unas cuantas T. melaza. Remover.

**BROWNIES**

350\* durante 20 – 25 minutos

Mezclar: ¾ c. mantequilla, 2 c. azúcar, 3 huevos, ½ t. sal, ¾ c. cacao, ½ t. vainilla, 1 c. harina. Puede agregar chips o nueces. Hornear en 9x13 engrasado

cacerola. No hornee demasiado. OTRA: 4 huevos en lugar de 3 según la misma receta. O use 3 huevos y 1 ½ c. harina.

**CUADRADITOS DE LIMÓN**

350\* durante 20 minutos

Mezclar 2 c. harina, ½ c. azúcar en polvo y 1 c. manteca. Poner en un molde engrasado de 9×13. Hornear. RELLENO: 2 c. azúcar, ½ c. jugo de limón (2 limones), ½ c. harina, 4 huevos batidos, una pizca de sal. Mezclar y verter sobre la base tibia. Hornea 20 minutos más. Espolvorea con pwd . Azúcar. Dejar enfriar y luego cortar.

**NUECES AZUCARADAS**

¡¡Gran regalo!!

Untar 4 c. nueces o pecanas en una bandeja para hornear galletas. Caliente el horno a 325\* durante 10 minutos. Batir 2 claras de huevo hasta que estén firmes. Doblar en 1 c. azúcar y 1 ½ t. canela. Retire las nueces del horno. Incorporar las claras de huevo. Coloque 1 barra de mantequilla en la bandeja para hornear galletas y deje que la mantequilla se derrita. Revuelva bien, asegurándose de que esté cubierto. Hornea 30 minutos. Revuelva cada 10 minutos. Fresco. Revuelva en un recipiente sellado.

OTRO: Mezclar en una sartén pesada: 3 c. mitades de nueces, 1 ½ c. nueces pecanas, 2 c. azúcar, 1 c. agua, ¼ t. canela. Cocine hasta que el agua desaparezca y las nueces tengan apariencia azucarada. Alejar del calor. Vierta en una bandeja para hornear. Separar con 2 tenedores.

OTRO: Cocine 1 c. azúcar, 2 c. agua, 1t. canela, 1 cucharadita. sal hasta obtener una bola suave sin revolver. Alejar del calor. Agrega 1 ½ cucharadita. vainilla y 2 ½ c. mitades de nuez. Revuelva hasta que la mezcla se vuelva cremosa. Encienda el plato engrasado. Separe las nueces mientras se enfrían.

OTRO: Combinar 2 c. azúcar moreno claro, 1 c. azúcar y 1 c. crema agria en una cacerola grande. Cocine a fuego medio, revuelva hasta que el azúcar se derrita. Cocine sin revolver a 238\*. Alejar del calor. Agregue 2 t. vainilla. Agregue 2 c. nueces, 1 c. nueces y 1 c. almendras sin blanquear. Revuelva hasta que las nueces estén cubiertas. Extienda sobre papel encerado para que se seque. Separar las nueces. 3 libras

**BEBER**

Mezcla un poco de koolaid rojo con Sprite. Bonita y sabrosa.

**RECETAS TRADICIONALES RUSAS**

**MANZANAS BAJO LA NIEVE**

425\* durante 30 minutos

Separa 3 huevos. Batir las claras de huevo a punto de nieve. Colocar en el frigorífico. Combinar: 250 g. mantequilla blanda, 3 cucharadas de harina, 2 cucharadas de azúcar y 1 cucharada. refresco en 1 t. Vinagre ruso. Mezclar bien a mano. Pon un trozo de masa en el congelador. Coloque el resto de la masa en el fondo de un molde engrasado. Coloque en capas 4-5 manzanas peladas y rebanadas sobre la masa. Agregue 1 c. azúcar a las claras batidas. Distribuir sobre las manzanas. Ralle la masa del congelador por encima. Hornear.

**VARENKE**

Mezclar 1 c. leche, 1 huevo, una pizca de sal y 3-4 c. harina. Extienda la masa sobre una superficie enharinada muy fina. Cortar en círculos con un vaso. Haga puré de papas (agregue cebollas y champiñones salteados y queso rallado). Pon una cucharada en la mitad del círculo. Doblar y sellar. Hierva agua en una olla grande. Agrega las bolas de masa al agua hirviendo y deja hervir durante 3 minutos. Revuelva para que no se pegue. Se puede congelar en una bolsa con harina y hervir después.

**VATRUSHKA** (tarta de requesón o mermelada)

400\*

Mezclar 1 c. mantequilla, 2 cucharadas de azúcar, 1 huevo, 6 c. harina, 2 c. leche, 1t. sal, 2 cucharadas de levadura para hacer una masa o usar masa congelada. Deje crecer la masa. Forme rollos (1 oz cada uno). Poner en una bandeja para hornear untada con mantequilla. Dejar reposar 15-20 minutos. Haga una depresión y rellénela con relleno de requesón o mermelada espesa de albaricoque, manzana o ciruela. Unte los bordes con clara de huevo. Hornear.

RELLENO DE QUESO COTTAGE: 1 c. requesón, 1-2 cucharadas de crema agria, 1 yema de huevo, 1 cucharada de azúcar, una pizca de azúcar de vainilla o unas gotas de vainilla.

**PUROSHKI**

400\* durante 10 minutos

Utilice masa para masa de tarta, masa para pan o masa para galletas. Estirar finamente. Cortar en círculos. Colocar el relleno a un lado. Doblar y sellar con un tenedor. Hornear. RELLENO: Verduras ( cap. , desmenuzadas y salteadas) como cebolla, repollo, zanahoria, patatas, champiñones o arroz cocido, queso rallado, cap. huevos duros, requesón, miel, nueces, queso crema ( Sahne ) y condimentos

RELLENO DE CARNE: 1 libra de carne molida, 1 cucharadita pequeña. cebolla, 1 ½ c. repollo finamente rallado, 2 cucharadas de caldo de res, s&p

**PELMENÉ**

MASA: Mezclar 2 huevos y 2 c. agua, 1t. sal y harina. Enrollar la masa muy fina. Cortar en círculos. Poner el relleno. Doblar. Sumerja en agua hirviendo hasta que floten hacia la superficie. RELLENO: 1 libra de carne molida de cerdo, 1 libra de carne molida, ajo, 1 cebolla picada, s&p . Cocine antes de poner la mezcla en la masa.

**BORSH**

Combine 2 litros de agua, 3 cubitos de caldo de res, un trozo de carne en tiras finas, 5 papas en cubitos, 1 libra de repollo rallado. Hervir hasta que las verduras estén blandas. En una sartén combine y cocine hasta que todo esté rojo: 3 cebollas picadas, 2 zanahorias picadas, 4 remolachas picadas (o ralladas) y tomates cortados en 2 cucharadas de mantequilla. Vierta en la olla. Agrega el ajo picado, el perejil, 2 hojas de laurel, S&p . Agrega más agua. Hervir 45 minutos. Sirva con un poco de crema agria o mayonesa en cada tazón.

**CREPES RUSOS (BLINI)**

8 porciones

Mezclar ½ c. agua, ½ c. leche, 1 huevo, 1 c. harina, ½ cucharadita. sal, ½ cucharadita. pimienta. Derrotar. Derrita 1 cucharada de mantequilla en una sartén. Vierta ¼ de taza. masa. Cocine hasta que esté ligeramente dorado. Doblar. RELLENO: Mezcle 2 huevos, 2 cucharadas de crema agria, 1 cucharada de piel de naranja rallada, 1 cucharada de almendras tostadas, 1 ¼ c. pasas, ¼ c. azúcar. La naranja y las almendras son opcionales. Untar 1/3 c. relleno de cada panqueque. Doblar por 2 lados y enrollar. Derrita 2 cucharadas de mantequilla en una sartén. Agregue los panqueques y dore. Doblar. Servir caliente con crema agria y azúcar con canela.

**BLINI**

Batir 3 huevos con ½ c. agua y ½ c. leche, 1 c. harina y ½ t. sal. Batir hasta que quede suave. Derrita 1 cucharada de mantequilla en una sartén. Mezclar con la masa. Calienta la sartén durante 1 minuto. Vierta 1/4 c. masa. Gire la sartén para cubrir uniformemente. Cocine hasta que se dore ligeramente, dé vuelta. Repita con la masa restante, agregando mantequilla según sea necesario (1/2 taza).

ALTERNATIVA: Batir 2 o 3 huevos, 1 T. de azúcar y ½ t. sal hasta que esté espumoso. Agregue 2 c. leche. Agrega harina para hacer una masa muy fina. Agregue 2 cucharadas de aceite rápidamente. Vierta en una sartén engrasada caliente. Cocine por ambos lados.

RELLENO: Mezcle 2 huevos, 1 cucharada de crema agria, ¼ c. azúcar, ¼ c. pasas (Opcional: ½ taza de almendras tostadas, 1 cucharada de piel de naranja rallada). Unte 1/3 c. rellenando cada blini. Doblar por los dos lados, enrollar. Derrita 1 cucharada de mantequilla en una sartén y dore el blini. Servir caliente con crema agria y azúcar. También se puede utilizar mermelada y cebollas salteadas.

Compilado por Carolyn Bartolomé