



EL
RECETARIO
MÁS DIVERTIDO

Recetario elaborado por

recetin.com

BIENVENIDOS



Lo que tenéis entre las manos es un trocito de lo que somos,
de lo que más nos gusta del mundo, que es la cocina sencilla,
divertida y saludable para niños.

Eso y claro, hacerte la vida un poquito más fácil
(o mucho más fácil) todo lo que podamos será poco siempre.

Creemos en este tipo de recetas y en que la fruta sea algo
muy presente en el día a día de toda la familia,
y especialmente de los niños.

Porque para comer platos saludables no hay que renunciar
a que sea divertido y sencillo.

Bon appétit

ENTRANTES

El comer y el rascar todo es empezar.

Para ir abriendo el apetito, nada mejor que unos buenos
entrantes... Empezamos.

I. UN PURÉ DE VERDURAS MUY SIMPÁTICO

INGREDIENTES

2 patatas	Pimienta blanca
1 calabacín	Un par de quesitos
1 puerro	Sal
2 zanahorias	Para decorar
Unas hojas de espinaca	Un quesito
1 pechuga de pollo	Un trocito de tomate
Aceite de oliva	Bayas rojas



PREPARACIÓN

En una cacerola grande, **pon agua abundante a calentar con un chorrillo de aceite de oliva.** Mientras, **lava, pela y trocea las verduras.** Para que se cuezan antes haz trocitos pequeños, así tardaremos menos en hacer el puré. Trocea también la pechuga de pollo y sálala. **Echa las verduras en la cacerola cuando el agua empiece a hervir.** **Deja que todo cueza durante media hora con el pollo,** hasta que notemos que las verduras están blanditas. En ese momento, retira del fuego, **saca las verduras, añade los dos quesitos y el pollo, y tritura en el vaso de una batidora** con un poco de caldo. Si ves que queda demasiado espeso, ve añadiendo caldo poco a poco hasta que encuentres la textura perfecta. Una vez tengas **hecho el puré, vuelve a ponerlo en el fuego a nivel bajo.** Añade el sal y la pimienta blanca. **Pasados unos 5 minutos sírvelo en un plato y no te olvides de decorarlo** para que sea más divertido para los peques.

2. SETAS DEL BOSQUE CON HUEVO Y TOMATE

INGREDIENTES

(Para dos persona)

4 huevos	Nueces
4 tomates pequeños	Manzana
Mayonesa	Sal
Acompañamiento	Pimienta
Lechuga	Vinagre de módena



PREPARACIÓN

Empezaremos preparando nuestros **huevos cocidos**. No te pierdas nuestro truco para que te queden perfectos. Una vez los tenemos listos, los dejamos enfriar, le retiramos la cáscara y los partimos a la mitad. **Lavamos los tomates, les quitamos el rabito, y los partimos por la mitad.** Ahora será el momento de preparar nuestras setas. Con la ayuda de un palillo, uniremos una mitad del huevo, con la mitad del tomate. Para decorar con pequeñas motitas nuestras setas, le daremos un **toque de color con la mayonesa**. Acompañamos nuestros huevos con una rica y fresca ensalada de lechuga, nueces y manzana, aliñada con vinagre de módena, sal y un toque de pimienta.

3. BROCHETAS DE PERRITOS CALIENTES ESPECIALES, ¡REBOZADOS!

INGREDIENTES

Para unas 10 salchichas

1 taza de harina de maíz	10 Salchichas
1 taza de harina de trigo	Aceite de oliva
1 cucharada de levadura	Sal
1/4 cucharadita de sal	10 brochetas
1 huevo batido	de madera



PREPARACIÓN

En un bol pon **la harina de trigo, la de maíz la levadura, el huevo, y la sal**. Mezcla todo hasta que te de como resultado una masa homogénea que **no sea demasiado espesa**. Ten en cuenta que en ella vamos a introducir las salchichas para rebozarlas, así que **si ves que está demasiado espesa, añádele otro huevo batido**. Prepara las salchichas con las brochetas de madera, de forma que te queden como unas piruletas, y cuando las tengas preparadas, moja cada una de las salchichas en el rebozado que hemos preparado. Pon una sartén a calentar con **bastante aceite de oliva**, y cuando el aceite esté caliente, ve añadiendo cada una de las salchichas y fríelas hasta que queden doradas por todas las partes. Una vez las tengas hechas, ponlas sobre un papel absorbente para retirar el restante de aceite.

4. BROCHETAS DE POLLO AL MÁS PURO ESTILO CIEMPIÉS

INGREDIENTES

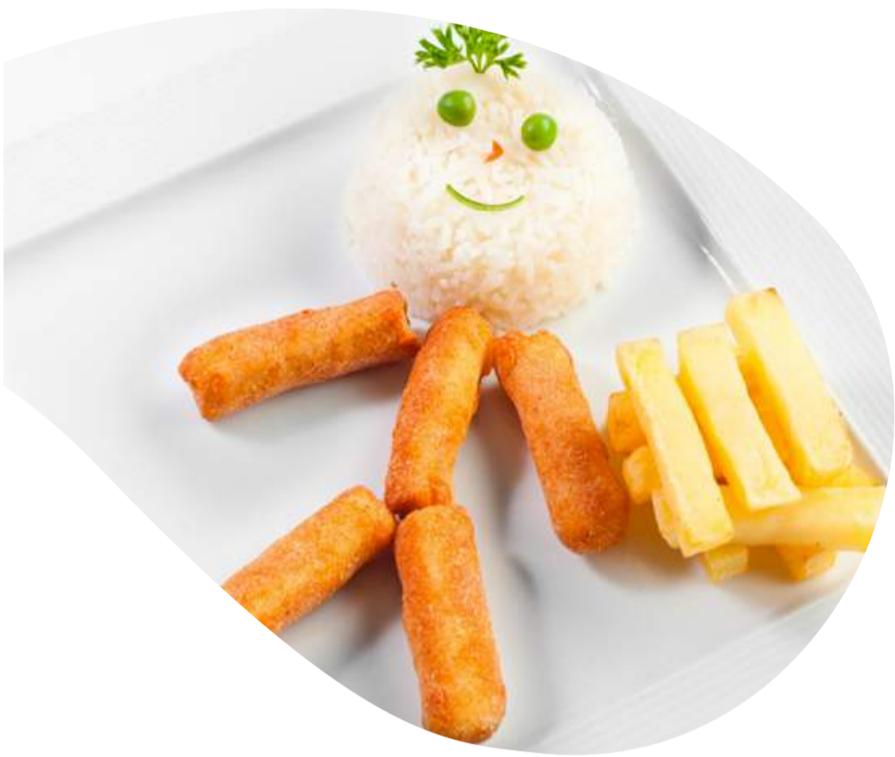
Brochetas de pollo
Tomatitos cherry
Tiras de cebollino
Salsa de soja para los ojos



PREPARACIÓN

Son unas simples brochetas a las cuales vamos a darle un toque diferente con unos tomates cherry y un poco de cebollino que serán las antenas de nuestro ciempiés. Haz las brochetas de pollo a la plancha como normalmente las preparas, y una vez las tengas listas, solamente tendrás que colocar en el extremo de la brocheta un tomatito cherry, al cual le pondremos ojos con salsa de soja y antenas con un poco de cebollino

5. VARITAS DE MERLUZA MUY ESPECIALES PARA NIÑOS



INGREDIENTES

500 gr de filetes de merluza	Para rebozar
3 yemas de huevo	Harina
3 huevos	Pan rallado
1 cucharada de queso rallado	Perejil picado
2 cucharadas de harina	1 cucharada de mostaza
Sal y pimienta	Para acompañar
Aceite de oliva	250 gr de arroz
	250 gr de patatas

PREPARACIÓN

Tritura en una batidora los filetes de merluza hasta que se queden hechos una pasta. Añade las yemas de los huevos y el queso rallado. Coloca la pasta en un bol, y añade la harina y la sal y la pimienta. Espolvorea tus manos con un poco de harina, y ve cogiendo pequeñas porciones de masa y ve dando forma a las varitas de merluza. Pasa las barritas por la harina, para después pasarla por los huevos, la mostaza y el perejil, y al final reboza con pan rallado. Fríe las varitas en aceite abundante y después de freirlas, déjalas reposar para quitar el aceite sobrante sobre un papel absorbente. Acompaña las varitas con un poco de arroz cocido y unas patatas fritas.

6. UN ESTUPENDO COCODRILO CON FRUTA Y VERDURAS



INGREDIENTES

- Un calabacín
- 500 gr de tomates cherry
- Un racimo de uvas blancas
- Un trozo de queso
- Perlitas de mozzarella
- Una zanahoria
- Unos rábanitos

PREPARACIÓN

Corta la parte inferior del calabacín para que puedas fijarlo perfectamente a la mesa, y utiliza la parte sobrante para hacer los pies de nuestro cocodrilo. Ahora, corta un pequeño hueco en la parte delantera del calabacín, que será la boca, y con la ayuda de un cuchillo ve haciendo los dientes afilados. La zanahoria nos servirá como lengua. Para los ojos utilizamos dos bolas de mozzarella y la cáscara de un rabanito. Pon todos los palillos en la parte posterior del cocodrilo para ir haciendo cada uno de los canapés. Unos irán con tomatitos cherry y mozzarella, y otros de uva con queso.

7. UN COCHE DELICIOSO

INGREDIENTES

Bollito de pan, (puede ser media-luna)
Jamón
Queso
Alga nori o aceituna negra
Zanahoria
Espagueti sin cocinar
Pan de molde
Ensalada de atún
Una lata de atún en escabeche



PREPARACIÓN

Lo primero que tenemos que hacer es preparar el bollito suizo, o media luna, lo partimos como os mostramos en la imagen, para que así le podamos hacer hueco al relleno, y lo rellenamos de ensalada de atún que haremos con patata cocida, atún y tomate. Lo mezclaremos todo, y con cuidado iremos completando el bollito de pan, que será lo que sujete nuestro coche. Una vez tengamos listo la base del coche, iremos recopilando cada uno de los elementos de nuestro cochecito:

- La cara del oso, será queso en forma redonda, una rebanada de pan y alga nori.
- El conductor (conejo), lleva jamón para la cara, una rebanada de queso en la nariz y alga nori para los ojos
- Los neumáticos llevan una rodaja de zanahoria y una aceituna negra.
- La rueda lleva una rebanada de queso y una aceituna negra.

PLATOS PRINCIPALES



Lo que bien empieza, bien acaba.

Eso es así con la cocina y con todo en la vida. Vamos a por el plato más importante de la mesa... ¿Preparados?

I. CARACOLES DE SALCHICHA

INGREDIENTES

Para unos 10 caracoles

3 salchicha grandes
2 lonchas de queso de sandwich
2 lonchas de jamón cocido
Lechuga
Tomate
Ketchup
Unos clavos para decorar
Aceite
Vinagre
Sal



PREPARACIÓN

Es importante que las salchichas sean grandes para poder hacer perfectamente el caparazón del caracol. Partimos por la mitad de grosor a las salchichas, para que de una salchicha, podamos hacer dos caracoles. Una vez tengamos una de las mitades, les colocamos encima lonchitas finas de queso de sandwich y encima del queso, jamón cocido. Enrollamos con cuidado el caparazón del caracol hasta que lleguemos a la cabeza, y lo fijamos con un par de palillos para que no se escapen. Ponemos al fuego una plancha o sartén, sin aceite, y colocamos nuestro caracol de lado para que el queso se funda y se derrita en la salchicha. Una vez hecho por un lado, lo pasaremos por el otro. Cuando tengamos listos nuestros caracoles de salchichas, le ponemos dos clavitos por ojo, y acompañamos las salchichas con un poco de ketchup y una ensalada de tomate y lechuga.

2. PIRULETAS DE PIZZA

INGREDIENTES

Masa de pizza fresca o masa de pizza casera
Tomate frito casero o tomate triturado
Un paquete de queso mozzarella rallado
250 gr de pepperoni u otros ingredientes que te gusten
Palitos de pincho moruno



PREPARACIÓN

Pon a precalentar el horno a 180 grados. Estira tu masa de pizza fresca o masa de pizza casera que puedes preparar con nuestra receta, hasta que quede bien repartida por toda la mesa de trabajo. Ponle un poco de harina esparcida por debajo para que no se pegue a la mesa. A continuación pon encima de la masa de pizza una buena capa de tomate frito casero o tomate triturado, el que prefieras, hasta tapar toda la superficie. Una vez que lo tengas bien repartido, añade el queso rallado por toda la pizza y las rodajas de pepperoni. (Si no te gusta el pepperoni, puedes prepararlas con cualquier otro relleno como jamón cocido, bacon, pollo, atún, etc).

3. ¡NOS SUBIMOS AL TREN!

INGREDIENTES

Para un trenecito	Taquitos de pollo
2 tomate naturales	1 zanahoria
2 huevos	1/2 calabacín
50 gr de queso rallado	1/2 cebolla
50 gr de jamón cocido	Un chorrito de vino blanco
Aceite de oliva	
Sal	
Pimienta	



PREPARACIÓN

Empezaremos preparando el sofrito de pollo porque es el plato que requiere mayor elaboración. Ponemos a calentar un poco de aceite de oliva en una sartén y añadimos la cebolla partida en trocitos muy pequeños. En cuanto esté transparente le añadimos la zanahoria también partida en trocitos muy pequeños y el calabacín. Dejamos que se sofrían los tres ingredientes, y le añadimos un tomate rallado. Cuando tengamos todo rehogado, le agregamos los trocitos de pollo. Salpimentamos y dejamos que se cocine. Cuando esté hecho, le añadimos un chorrito de vino blanco y ponemos el fuego a nivel medio para que el vino se evapore. Una vez dejamos que el pollo vaya reduciendo, unos 10 minutos, vamos preparando nuestra tortilla francesa. Bate dos huevos y añade a los huevos un poco de queso rallado y jamón cocido. Haz la tortilla como de costumbre, con muy poquito aceite de oliva. Mientras, parte el tomate que te sobra en lonchas, dos más grandes y tres más pequeñas. Y reserva un trocito de zanahoria para hacer la chimenea de nuestro tren. Empieza a montar el tren en un plato. Pon de base la tortilla francesa, y sobre ella, el pollo. Decora las ruedas a los lados con tomate natural, y pon como chimenea un trocito de zanahoria, y una última loncha de tomate delante.

4. PIMIENTOS RELLENOS: RECETA DECORADA PARA NIÑOS

INGREDIENTES

4 pimientos verdes	orégano
300 gr. de frijoles o alubias negras	12 aceitunas negras
200 gr. de arroz	4 quesos tipo Babybel
100 gr. de queso rallado	pimiento rojo
180 gr. de aceitunas negras picadas	aceite
	pimienta
	sal



PREPARACIÓN

Primeramente preparamos el relleno mezclando el arroz cocido y los frijoles escurridos, las aceitunas picadas, el queso rallado y un poco de orégano, pimienta y sal. Retiramos la tapa de los pimientos y los vaciamos de semillas y, cuidadosamente, retiramos un poco con el cuchillo los nervios blancos adheridos a las paredes internas- a un lado. Rellenamos los pimientos con la mezcla recién preparada. Colocamos las tapas a cada pimiento y los disponemos en una bandeja para hornear forrada con papel pergamino. Cocinamos los pimientos en horno precalentado a 185 grados durante 25-30 minutos. Retiramos los pimientos del horno y dejamos enfriar un poco. Comenzamos a decorarlos. Con cuidado, y mejor guiarnos por la foto, cortamos un pequeño triángulo para hacer la nariz y una ranura en forma de luna para la boca. Insertamos un trozo de pimiento rojo en la ranura de la boca. Cortamos cuatro aceitunas por la mitad y partimos ocho círculos de queso de bola. Ensartamos en ocho palillos primero un trozo de queso y luego una media aceituna. Son los ojos, que los pinchamos cuidadosamente en los pimientos rellenos. Pinchamos el resto de aceitunas negras en cada lateral a modo de antenitas, aunque podemos usar otros ingredientes como por ejemplo tomatitos cherry.

5. ÑOQUIS DE CALABACÍN Y QUESO, CON FORMAS DIVERTIDAS

INGREDIENTES

250 ml. de leche
66 gr. de harina de sémola
2 calabacines,
1 cucharadita de mantequilla
25 gramos de queso parmesano rallado
pimienta
aceite
sal



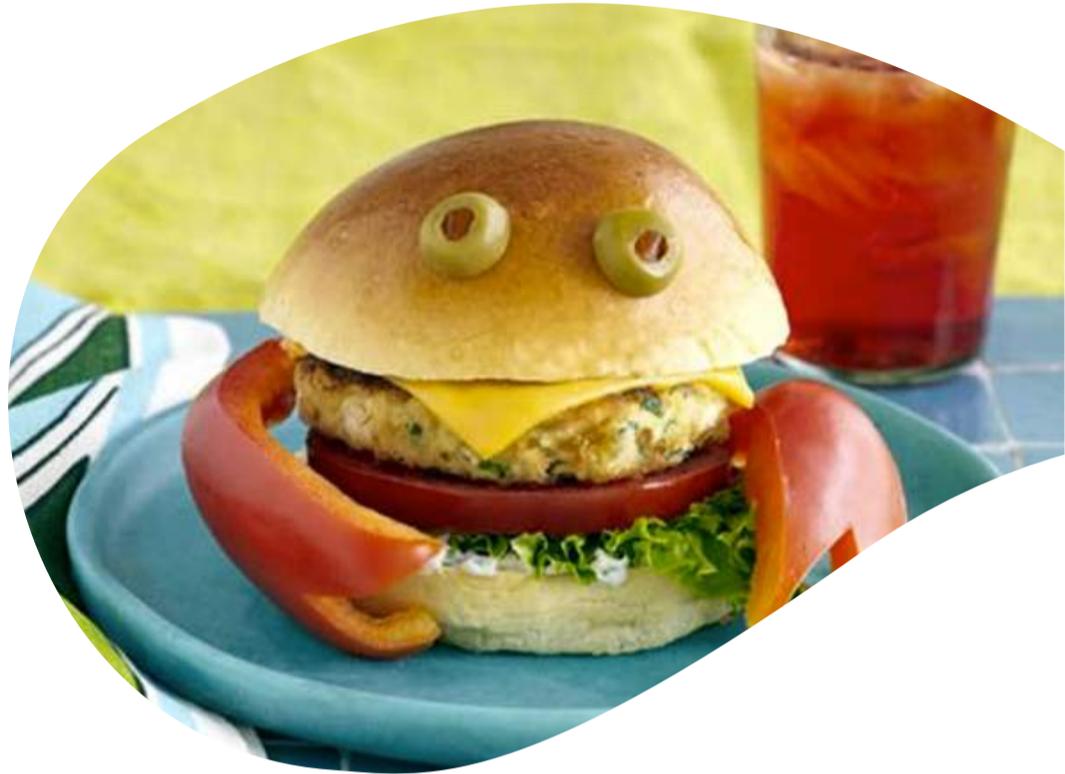
PREPARACIÓN

Preparación: Cortamos finamente los calabacines con un poco de su piel y los rehogamos en una sartén con un poco de aceite y sal. Cuando el jugo se haya evaporado y estén tiernos, los pasamos por el chino. En una cacerola ponemos a hervir la leche, le añadimos un poco de sal y agregamos la semola. Removemos continuamente y añadimos el calabacín hecho puré. Cuando tengamos una pasta espesa, agregamos el queso rallado y la mantequilla. Colocamos la masa en una bandeja rectangular para hornear y extendemos bien para que quede una capa de unos 1,5 cm. Ponemos en la nevera hasta que la pasta esté más consistente y bien fría. Pasado el tiempo de reposo de los ñoquis, extraemos porciones de pasta con ayuda de los cortadores de formas divertidas. Los ponemos en una bandeja de horno con un poco de mantequilla fundida en la superficie y los cocemos durante 10 minutos a 200 grados para que se doren. Podemos también gratinarlos en el grill.

6. HAMBURGUESA DE CANGREJO, DIVERTIDA PARA LOS NIÑOS

INGREDIENTES

6 panes de hamburguesa
25 gr. de queso blanco untable
350 gr. de carne de cangrejo
20 crackers (galletas saladas cuadradas)
3 cucharadas de perejil fresco picado
1 Cucharada de aceite
6 cucharadas de mayonesa
6 lonchas de queso
Huevo
Algunas hojas de lechuga
Tomate
Pimiento rojo
Aceitunas rellenas
Aceite y sal



PREPARACIÓN

Para hacer la masa de las hamburguesas, mezclamos muy bien el queso con el huevo batido, el cangrejo (escurrido si es en conserva), los crackers, el perejil bien picado y un poco de sal. Formamos 6 hamburguesas con esta pasta. En una sartén con aceite planchamos a fuego medio las hamburguesas por ambos lados para dorarlas bien. Untamos las dos rebanadas de pan de cada hamburguesa con un poco de mayonesa y los rellenamos con un poco de lechuga, una rodaja de tomate, las tortitas de carne de cangrejo y el queso. Para crear la forma de cangrejo, habremos preparado previamente las pinzas y los ojos. Para hacer las pinzas, cortamos 12 tiras anchas de pimiento rojo y hacemos un corte de V en uno de sus extremos. Colocamos 2 tiras en lados opuestos de cada hamburguesa para crear las pinzas. Hacemos los ojos con rodajas de aceitunas rellenas.

7. RATONCITOS DE CARNE PICADA

INGREDIENTES

Para la carne picada

500 gr de carne picada de ternera

Medio vaso de vino blanco

Pimienta

Sal

Pan rallado

1 huevo

Para decorar el ratón

Unos clavos aromáticos

Láminas de zanahoria



PREPARACIÓN

Prepara la carne picada en un bol. Añade el medio vaso de vino blanco, el huevo, la sal, la pimienta y el pan rallado. Mezcla todo hasta conseguir una masa compacta. Haz pequeñas bolas alargadas como si fueran croquetas con la carne picada, y pon una sartén con aceite. Fríe las bolitas de carne picada como haces normalmente, y después cuando estén hechas, para quitar el sobrante de aceite, ponlas sobre un papel absorbente. Ahora solo nos queda decorar nuestro ratoncito. Haz unos pequeños cortes en la zona de las orejas e introduce dos finas láminas de zanahoria. Para los ojos, ponle unos clavos aromáticos. ¡Quedan preciosos!



POSTRES

Porque lo mejor siempre llega al final.
Terminemos con buen sabor de boca,
pongamos el mejor broche final.

I.SERPIENTE DE FRESAS



INGREDIENTES

2 tazas de harina

2 cucharadas de azúcar glas

4 cucharaditas de levadura

1 cucharadita de sal

200 gr. de margarina

1 taza de leche

Para el relleno

500 gr. de fresas

4 cucharadas de azúcar glas

Para la crema de relleno

1 taza de crema de leche o nata

2 cucharadas de azúcar glas

Para la guarnición

4 fresas enteras

Chips de chocolate

PREPARACIÓN

Calentamos el horno a 200 grados y tamizamos la harina, el azúcar, la levadura y la sal en un recipiente y lo mezclamos todo. Le añadimos la margarina y la leche y seguimos mezclando todos los ingredientes. Ponemos la masa sobre una superficie enharinada y hacemos un rectángulo de unos 2 cm. Cortamos la masa en rectángulos y colocamos las tiras que vamos a obtener sobre una bandeja para hornear sin engrasar. Dejamos que nuestros peques de la casa den forma curva a nuestra serpiente antes de meterla en el horno y lo dejamos hornear durante 10 minutos. Después de ese tiempo lo dejamos reposar. Una vez que se ha enfriado lo cortamos por la mitad longitudinalmente y separamos los dos trozos que obtenemos. Lavamos las fresas y dejamos las 4 que más nos gusten para las cabezas de las serpientes. El resto las cortamos y las metemos en un recipiente junto al azúcar glas. En otro recipiente mezclamos la crema de leche o la nata con el azúcar glass y batimos hasta que se cree la nata montada. Ahora solo nos quedará preparar nuestra serpiente. Colocamos el bizcocho, una capa de fresas, la nata y el otro bizcocho. Para las cabezas cortamos las aberturas de las boca y le ponemos algunas de las hojas de las fresas. Por último le ponemos los ojos a la serpiente con unos chips de chocolate

2. BARQUITOS DE PASTA FILO NAVEGANDO SOBRE...

INGREDIENTES

Cremas de chocolate

150 gr. de chocolate para postres

40 gr. de azúcar glass

3 yemas de huevo

150 ml. de leche

15 ml. de nata líquida

Para los barcos

8 hojas de filo

60 gr. de mantequilla

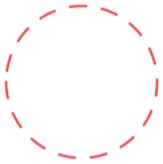
Nata montada para decorar



PREPARACIÓN

Comenzamos con la crema, que podemos dejarla hecha con antelación. Picamos el chocolate. En un bol, batimos las yemas con el azúcar hasta que la mezcla blanquee. En una cacerola puesta a fuego medio, vertemos la leche y la nata y calentamos hasta que hierva. Entonces, vertemos este preparado caliente sobre las yemas y el azúcar, removiendo continuamente para homogeneizar la preparación. Vertemos de nuevo esta mezcla en una cacerola y cocinamos unos minutos a fuego medio hasta que espese y se convierta en crema. Vertemos sobre el chocolate y removemos hasta obtener una crema diluida y brillante. Esperamos que se enfríe ante de refrigerar. Para los barquitos, precalentamos antes de nada el horno a 220 grados. Seguidamente fundimos la mantequilla en cuenco. Separamos hojas de pasta filo con la ayuda del papel antiadherente que trae el envase. Cortamos rectángulos de pasta filo con las con un cuchillo afilado. Pincelamos las láminas de filo con mantequilla derretida y formar pequeños barquitos como hacemos en papiroflexia. Cubrimos una bandeja para hornear con papel vegetal. Colocamos los barcos encima y los horneamos durante unos 3 minutos o hasta que se doren. Podemos poner una banderita de filo sujeta con un palillo de dientes en cada barquito. Colocamos los barcos sobre un plato cubierto de crema de chocolate y decoramos con nata montada. Servimos.

3. YONUGGETS



INGREDIENTES

- 1 vaso de yogur natural griego
- 1 vaso de pulpa de melón triturada
- Miel al gusto

Utensilios

- Una cubitera

PREPARACIÓN

En el vaso de la batidora, tritura el melón suficiente para llenar un vaso más o menos (si quieres hacer más cantidad, recuerda que has de poner la misma medida de pulpa que de yogur, grosso modo). Añade el vaso de yogur y la miel que quieras. Mezcla todo con la batidora hasta integrar bien los ingredientes (o hazlo a mano). Vierte en la cubitera, repartiendo la mezcla entre los diferentes huecos y lleva al congelador hasta que solidifique (al menos 4 horas). Desmolda y ya están listos para comer.



Cositas ricas para el mejor momento de la tarde.
Y lo mejor de todo te toca a ti: elige la mejor compañía
del mundo y a disfrutar compartiendo.

I. SÁCALE LA LENGUA

INGREDIENTES

Pan de hamburguesa
Salchichón
Queso
Para decorar
Aceitunas verdes
Tomatitos cherry



PREPARACIÓN

Un sandwich de salchichón puede convertirse en un bocado de lo más original y divertido. Este es el caso de nuestro sandwich "Sácale la lengua" Un típico sandwich de salchichón con queso que hemos elaborado en pan de hamburguesa. Es rico, nutritivo y delicioso. Prepara tu sandwich con queso y salchichón, y decóralo poniéndole unos ojitos de salchichón y aceituna y una gran nariz de tomatito cherry. Como ves, las meriendas además de deliciosas pueden ser divertidas para todas la familia.

2.SANDWICH DE CONEJITO

INGREDIENTES

Una hoja de lechuga
Una rebanada de pan de molde
Aceitunas negras y verdes
Jamón cocido
Zanahoria
Queso de sándwich



PREPARACIÓN

Como base de nuestro sandwich, usaremos una hojita de lechuga, la cual colocaremos sobre el plato. Sobre ella, pondremos el pan de sandwich y la loncha de queso. Empezaremos a hacer la forma de nuestro conejo con la ayuda de un cuchillo. Realizaremos varios círculos. El primer círculo será la cabeza del conejo, el segundo círculo, lo partimos a la mitad y serán las orejas. Un tercer círculo, será el cuerpo, un pequeño círculo partido por la mitad para las manitas, y por último haremos dos círculos más ovalados para las patas del conejo. Continuaremos con la zanahoria, le haremos unos pequeños triángulos para que parezcan las zanahorias del conejo, y en las patitas haremos dos óvalos que colocaremos sobre las patas. Por último solo queda ponerle la expresión de la cara a nuestro conejo. Un óvalo será la parte central de su cara. Los ojos dos trocitos de aceitunas verdes y la nariz un trozo de aceituna negra.



RECETAS

“DE OLLA Y SARTÉN”

Un día especial en el que aprendimos mucho más que estas recetas, nos conocimos y eso es lo mejor de todo. Las risas y el buen rato para compartir. Brindamos por el próximo.

I. RATONES DE PATATA, TOMATE, RÁBANO Y CEBOLLINO

INGREDIENTES

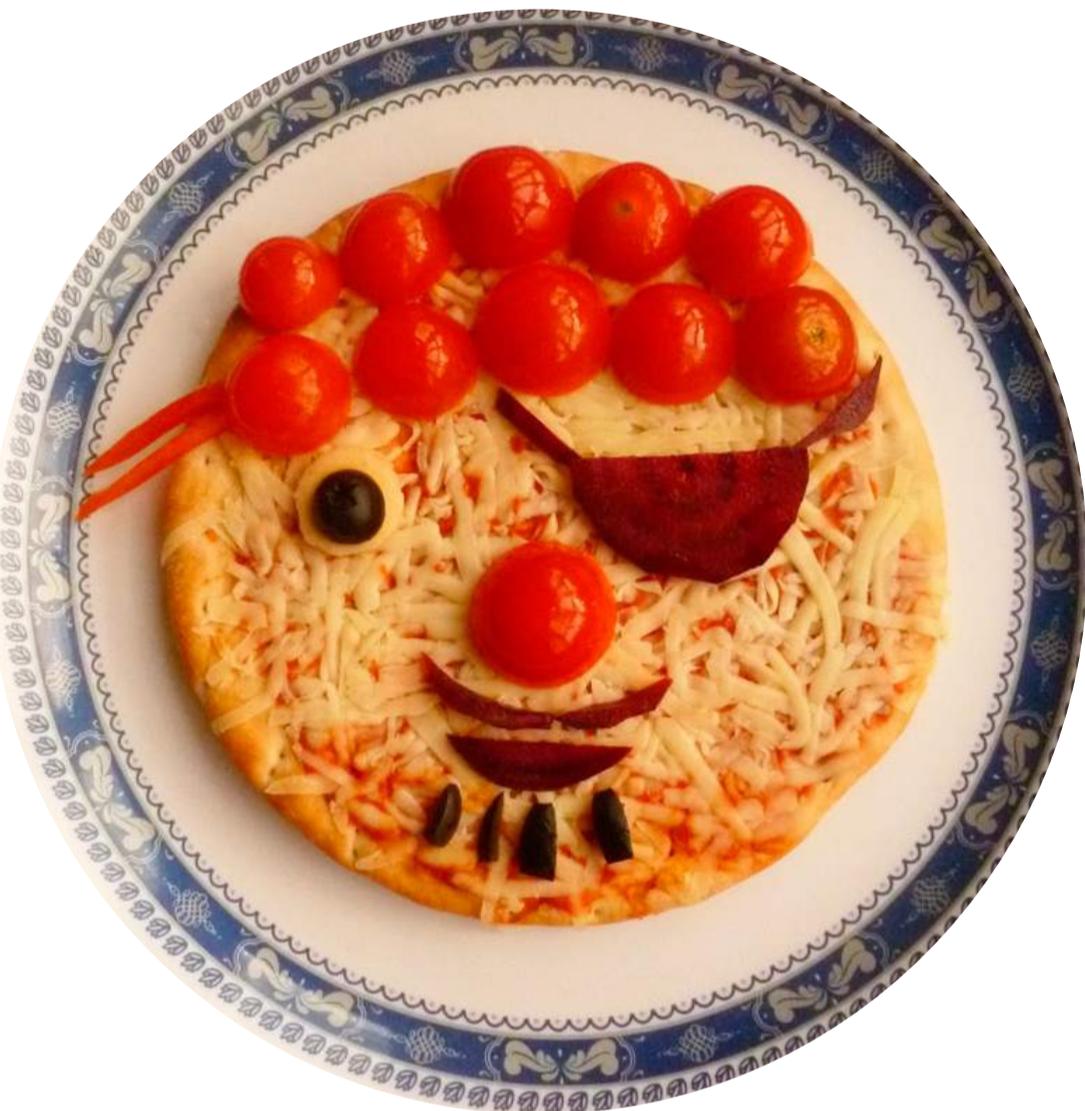
Patatas del mismo tamaño
Tomate Chery
Rábano
Cebollino



PREPARACIÓN

Cocer las patatas con piel, bien en el microondas o en la olla. Abrir un poco la piel y decorarlas en forma de ratón con el tomate chery, la nariz, los bigotes con el cebollino, los ojos con aceituna negra y el rabito con una tira verde de puerro o cebollino.

2. PIZZA PIRATA



INGREDIENTES

200 ml de agua
50 ml de aceite
10 gr de sal
20 gr de levadura prensada fresca de pan
Tomates chery
Aceitunas negras
Tomate natural triturado
Remolacha
Orégano

PREPARACIÓN

Poner la harina con la sal en un recipiente hondo, hacer un hueco en el centro e introducir el agua tibia en la que habremos disuelto la levadura. El agua no debe de estar demasiado caliente, a 50° la levadura se muere y no haría su efecto. Para que os hagáis una idea: la misma temperatura de vuestro dedo cuando lo introduzcáis en el agua no tenéis que notar diferencia. Con una cuchara de palo se va mezclando todo hasta hacer una bola que pasaremos a la encimera y amasaremos 3 minutos o 5 hasta que obtengamos una masa suave y manejable, si es necesario nos ayudamos con un poco más de harina. Dejar fermentar en un recipiente tapado con un plástico para que no le de el aire por ningún sitio (se le puede poner una bolsa del super con las asas metidas debajo del recipiente) Dejar en un sitio cálido y libre de corrientes hasta que doble su volumen. Luego ya se puede utilizar. Cuando la masa haya fermentado, "romperla", es decir, juntarla bien otra vez pero sin amasar. Dejar reposar 5 minutos. Extenderla en forma redonda y finita, ayudándonos con harina. Cubrirla con el tomate, mozzarella y decorarla con el resto de ingredientes formando cara de pirata.

3. SUSHI DULCE



INGREDIENTES

4 huevos
120 gr. de azúcar
120 gr. de harina
Un poco de ralladura de limón

PREPARACIÓN

Montar los huevos con el azúcar hasta que adquieran punto de "relieve". Esto es mejor hacerlo con las varillas eléctricas. Añadir un poco del colorante en gel del color que elijamos. Incorporar la harina tamizada, poco a poco, mezclando continuamente con movimientos envolventes para no bajar la mezcla. Cubrir una bandeja de horno con papel de hornear. Extender la masa por toda la superficie, dejando bien igualado. Hornear a 180 (dependiendo del horno) durante 5-6 minutos. Hasta que al pincharlo la aguja salga seca. Hay que tener cuidado que no se pase el tiempo porque se secaría quedaría como una galleta. Sacar del horno dejar 3 minutos y volcarlo sobre un paño húmedo. Enrollarlo en caliente, para que coja forma. Desenrollar y poner en el centro una tira de "gominolas". Enrollar como si fuera sushi, sin cruzar los bordes. Presionar bien y cortar en rodajas de 2-3 cm. También se puede poner, antes de la tira de gominolas, un poco de arroz con leche muy denso o crema pastelera. Este bizcocho es el básico para tartas. También sirve para hacer soletillas, brazo de gitano, bases de tartas, etc.. No lleva levadura, ya que el aire se incorpora con el montaje de los huevos con el azúcar. Es muy sano porque no lleva ninguna grasa, excepto la de las yemas de los huevos.

4. GOMINOLAS DE FRUTA NATURAL



INGREDIENTES

2 sobres de gelatina neutra en polvo
(o 12 láminas de gelatina)
200 gr de puré de frutas GOGO SQUEEZ
300 gr de azúcar
1 sobre de gelatina de frutas en polvo
Aceite girasol (para el molde)
Azúcar para rebozar

PREPARACIÓN

Hidratar la gelatina. Si es en hojas, meterlas en agua unos 5 minutos hasta que se ablanden. Si es en polvo, ponerla en un recipiente y cubrirlas con agua. Poner a calentar, sin que llegue a hervir, 100 ml del puré de frutas. Disolver en él la gelatina, previamente hidratada. Incorporar el azúcar y mover bien hasta que se disuelva totalmente. Engrasar con el aceite de girasol los moldes y verter la mezcla. Dejar en la nevera hasta que cuaje y, posteriormente, fuera de la nevera 12 horas sin tapar. Desmoldar y rebozar con azúcar.