



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

COCINA FRANCESA II

PLATILLOS ELABORADOS CON HONGOS

PROFESORA

MARLIZ TECO RUÍZ

ALUMNA

ILSA DEL ROSARIO ALFONSO LÓPEZ

02 DE AGOSTO DE 2020

VILLAFLORES, CHIAPAS

PASIÓN POR EDUCAR

PLATILLOS ELABORADOS CON HONGOS

Las setas u hongos comestibles incluyen muchos tipos de hongos o setas que son recolectados, cultivados y otros que no son cultivados fácilmente (como la trufa y el matsutake), y que son muy apreciados en la gastronomía.

Algunos hongos comestibles tienen un sabor extremadamente fuerte, como el boleto amargo.

Antes de asumir que un hongo silvestre es comestible se deben seguir unas normas de seguridad y asegurarse de su identificación. La mejor prueba de comestibilidad es la identificación de la especie. Algunas setas que son comestibles para la mayoría de las personas pueden causar reacciones alérgicas en algunos individuos.

En esta ocasión hablaremos de recetas realizadas con hongos:

TAPAS DE HONGOS

Champiñones con ajo sobre un pan tostado; este brunch rápido, fácil y lleno de sabor no le pide nada al toast de aguacate que está alimentando a tantos millenials.



SOPA DE HONGOS

Aprovechando que los bosques se llenan de humedad y con ello viene el nacimiento de tantas variedades de hongos comestibles, no puede faltar la tradicional y humeante sopa de hongos, un potaje calentito, sano y cargado de energía. Servir caliente y, si se puede, acompañar con un taco de requesón.



PATÉ DE HONGOS

Es una receta un poco ligera para ser un platillo formal, se prepara a base de champiñones o algún otro tipo de hongo, junto con especias que realcen su sabor, se baten todos los ingredientes hasta que quede una pasta sólida. Se acompaña con tapas de pan tostados.



HAMBURGUESA DE HONGOS

Esta receta se elabora con los champiñones, estos sustituyen a la carne, son picados finamente, se agregan los mismos ingredientes con lo que se usan para preparar la carne, por ejemplo, huevos, cebolla, ajo; esto para realzar el sabor, se preparan bolitas y se aplastan y se cocinan a fuego lento. Se prepara con todos los demás ingredientes que una hamburguesa lleva. También existe otra preparación de hamburguesa de hongos que es, que el hongo sustituye al pan y todos los demás ingredientes.



HONGOS RELLENOS

Consiste en quitar los tallos de los hongos, rellenarlos de lo que se desee. Con lo que es relleno comúnmente es con queso y especias.



HONGOS AL AJILLO

Son hongos fileteados, cocidos con su mismo jugo y un poco de aceite de oliva, y suficiente ajo, con sal, listos para cualquier hora del día.



CREMA DE HONGOS

Esta preparación es una de las más conocidas hablándose de los hongos. Se cocinan los hongos en su mismo jugo, después se trituran junto con algún ingrediente cremoso. Se lleva a cocción, agregando especias para realzar su sabor. Se puede acompañar con crotones, o la misma crema puede ser acompañante de otro plato.



Existen muchísimas recetas que se pueden realizar con hongos, en esta ocasión se agregaron las más populares, también están:

- Pizza de hongos
- Lasaña de hongos
- Pan con hongos
- Pastel de carne con hongos
- Hongos al vapor
- Pay de hongos
- Hongos con pollo
- Entre muchísimas otras recetas

