



RECETARIO

Cocina Creativa





Universidad del sureste

Materia:

Cocina Creativa

Recetario

Cocina Creativa

Profesor:

Marlis teco ruiz

Alumno:

José Iván Gumeta Gómez

Fecha:

09/06/22

Introducción

La cocina creativa es un concepto que se aplica a la innovación en los platos que se cocina y en la presentación visual del plato. Las claves de la cocina creativa son

las fusiones de los productos, su forma de cocción y la forma de presentarlos en la mesa.

En este recetario se encuentran recetas realizadas a lo largo de la materia cocina creativa haciendo una fusión de algunos platos de diferentes cocinas..

Solecito

Ingredientes:

Espagueti

Pechuga de pollo

Aceite de oliva

Cacahuete

Albaca

Ajo

Queso parmesano

Elote

Crema mala

Chile poblano



Procedimiento:

Primeramente se pondrá a cocer la pechuga de pollo cuando este lista se reservará.

Por otro lado se realizara el pesto en el vaso de la licuadora se pondrá albaca, cacahuete, (pueden ser tostado o normales) ajo el aceite de oliva se agregará en forma de hilo cuando ya se incorpore se sacará y se agregará queso parmesano y se reservará.

Se continuará asando los chiles poblanos se meterá en una bolsa para se haga más fácil pelarlos y se corten fajitas.

Se deshebrara la pechuga.

En una sartén sofreír la cebolla cuando estén transparente se agregará el pollo, las rajás, se moverá para añadirle los elotes y por último la crema mezclar para incorporar bien.

Rectificar sazón y apagarlo.

A las pasta le vamos agregar el pesto que se elaboro, se presentará una porción de pasta juntos con las rajás poblana y listo.

Lasaña de mole

Ingredientes

Caldo de pollo 500 ml

Frasco de mole 1

Cebolla Blanca ¼ picada

Media crema 1

Lasaña láminas 6

Pechuga de pollo cocida y deshebrado

Queso manchego rallado 1 ½



Procedimiento:

Combinar el frasco de mole con 2 tazas de caldo de pollo y 2 cucharadas de consomé de pollo en polvo.

Licuar todos los ingredientes y dejarlo reposar.

Para la lasaña:

Precalentar el horno a 180 °C

En un refractario colocar 1 cucharadas de mole para cubrir la base en su totalidad.

Colocar una capa de lasaña

Encima colocar una capa de pollo deshebrado junto con la cebolla picada.

Repetir el procedimiento hasta terminar con los ingredientes.

Agregar una capa de queso manchego.

Por último cubrir el refractario con papel aluminio y hornear por 25 minutos.

Para el fina decorar con media crema al gusto.

Discada acompañada de pasta.

Ingredientes

100 gramos de chistorra

100 gramos de chorizo

100 gramos de salchichas

1 cebolla grande

100 gramos de tocino

Chile Serrano

1 puré de tomate

Espagueti

Crema

Mantequilla



Procedimiento

Cocer en agua la pasta y reservar.

Cortar los embutidos en trozos de 3 a 4 cm.

Cortar la cebolla en cubos.

Cortar los tomates y chiles al gusto

En un sartén sofreír los embutidos por 5 minutos.

Pasado el tiempo agregar la cebolla.

Cuando este casi listo agregar el tomate, el Chile y tres cucharadas de puré de tomate.

En un sartén con mantequilla poner la pasta y agregar suficiente crema.

Presentar la discada con la pasta.

Mousse de frutos rojos

Ingredientes:

2 tazas de frutos rojos

300 ml de crema para batir

100 gramos de azúcar

14 gramos de grenetina

Agua

Preparación:

Agregar a la licuadora los frutos rojos con el azúcar y un poquito de agua para licuar lo.

Hidratar la grenetina.

Batir la crema mientras se derrite la grenetina a baño María.

Cuando la crema esté en un punto medio agregar los frutos rojos y mezclar bien.

Agregar la grenetina a la batidora para incorporarlo bien.

Galletas de chocolate

Ingredientes:

Mantequilla a temperatura

ambiente 220 gramos

Azúcar 120 gramos

Cacao en polvo 30 gramos

Harina 300 gramos

Royal 5 gramos

2 yema de huevo

Preparación:

1. A cremar la mantequilla y el azúcar.. 2. Agregar las yemas

*3. Mezclar bien y añadir los ingredientes secos(harina, royal, cocoa)
amasar por 2 minutos para activar el royal..*

Formar círculos con la masa y hornear.

Bizcocho de especias

Ingredientes:

150 ml de leche

Zumo de medio limón

240 gramos de harina

1 cucharadita de levadura química

1 pizca de sal

2 cucharaditas de especias (Canela, jengibre, nuez moscada y clavos)

150 gramos de mantequilla derretida

250 gramos de azúcar

3 huevos.

Preparación:

En vaso poner la leche con el jugo del limón.

Mezclar y tamizar los ingredientes secos (harina, levadura, sal y especias)

En la batidora a cremar la mantequilla con el azúcar.

Añadir los huevos uno a uno, luego añadir los ingredientes secos y la leche con el limón.

Hornear 40 minutos a 180 C°

Mermelada de fresas

Ingredientes:

250 gramos de fresas

80 gramos de azúcar

1/2 taza de agua

Procedimiento

En un coludo agregar las fresas picadas en cubos, el azúcar, agua y cocinar mientras tamolar las fresas para formar una mermelada

Presentación del muss

Saltear la mermelada en el plato, después se pone la galleta de chocolate, luego poner el bizcocho y con un molde agregar el muss y refrigerar lo.

Presentar con chocolate y algunas fresas



Mousse de betabel

Ingredientes:

170 gramos de galletas molida

90 gramos mantequilla derretida

250 ml de crema de leche

½ de betabel rallado

½ manzana rallada

30 gramos de grenetina

80 gramos de azúcar

Procedimiento:

Hidratar grenetina.

Moler las galletas y agregarle mantequilla

Batir la crema

Agregar el azúcar a las tazas de frutas

Se licua con ½ taza de agua las frutas.

Derretir grenetina y agregarlo a la mezcla.

Se añade al molde para refrigerar lo por 2 horas..

Galletas de café

Ingredientes:

12 gramos de café soluble descafeinado

25 gramos de cocoa en polvo

270 gramos harina

150 gramos de harina

50 gramos de fécula de maíz

165 gramos de mantequilla

1 huevo

1 pizca de sal

1 cucharadas de leche

1 cucharadas de vainilla

Si necesita se agrega más harina

Procedimiento:

Diluir el café: se agrega vainilla a la leche y se calienta por 10 segundos y se agrega el café poco a poco.

En un recipiente se agrega el azúcar glas en otro harina, fécula, cocoa, sal y se reserva.

En un recipiente se agrega la mantequilla y la azúcar se mezcla hasta que se suavice, agregar el huevo, se mezcla para luego añadir el café disuelto y se integra bien.

Bizcocho de especias

Ingredientes:

150 ml de leche

100 gramos de miel

100 gramos de mantequilla

200 gramos de harina

5 gramos de levadura royal

120 gramos de azúcar

1 huevo

1 pizca de sal

6 gramos de Canela

1 clavo

2 gramos de jengibre

50 gramos de cáscaras de naranja confitada

Procedimiento:

En un bowl agregar la harina, levadura, azúcar Morena y mezclamos bien.

En una taza agregar Canela, jengibre el clavo, sal se mezcla y se añade a la harina para mezclarlo.

En un coludo se agrega la leche, mantequilla, miel y se lleva al fuego hasta que se disuelva y se le añade a la mezcla de harina.

Luego se agrega el huevo para mezclar, luego la naranja y se lleva molde para hornear 30 minutos a 180°C.

Mousse de mango

Ingredientes:

200 ml de crema para batir

1 kilogramo de mango

8 gramos de grenetina

¼ tazas de agua

Procedimiento:

Primero hidratar la grenetina.

Por otro lado triturar los mangos.

Después derretir la grenetina, cuando esté lista con licuadora encendida dejáramos cocerla.

Se monta la crema para batir y se dejar caer lo licuado a la crema de forma envolvente.

Luego se deja caer al molde y se mete al refrigerador.

Galletas

Ingredientes:

300 gramos de galletina

200 gramos de mantequilla

100 gramos de azúcar

3 yemas

1 pizca de sal

Vainilla

Procedimiento:

Se forma un volcán con la harina, en el centro se va a colocar la mantequilla fría en trozos, se va a Integrar con las manos hasta obtener una masa.

Se vuelve a hacer otro volcán con la masa creada, se dejará caer el azúcar, la yemas, pizca de sal y la vainilla.

Se mezcla bien para integrar.

Se deja reposar la masa unos minutos.

Luego se va a extender luego se cortará en forma circular.

Se pondrá en charola engrasada y se meterá al horno a 180 °C de 10 a 12 minutos.

Cup Cake de zanahoria

Ingredientes:

2 cucharadas de semillas de lino + 6 cucharadas de agua

1 1/3 tazas de harina de trigo integral (160 g)

1 cucharadita de levadura química

1/2 cucharadita de bicarbonato

1/2 cucharadita de canela

1/4 cucharadita de jengibre

1/4 cucharadita de nuez moscada

1/2 taza de aceite de oliva virgen extra (100 g)

3/4 taza de azúcar moreno o de coco (120 g)

2 cucharadas de leche de soja

1 cucharadita de extracto de vainilla (opcional)

2/3 taza de zanahoria rallada (150 g)

Procedimiento:

Precalienta el horno a 160 °C ó 320 °F.

Echa en una batidora las semillas de lino y el agua. Bate y echa la mezcla en un vaso o taza.

En un bol añade la harina integral, la levadura, el bicarbonato, la canela, el jengibre y la nuez moscada. Mezcla con ayuda de una cuchara.

En otro bol echa el aceite, el azúcar, la mezcla de lino y agua, la leche y el extracto de vainilla. Añade la zanahoria rallada. Por último, agrega poco a poco los ingredientes secos hasta que quede una mezcla homogénea.

Coloca las cápsulas o papelitos en el molde para CupCakes y reparte la mezcla procurando no llenarlos más de 2/3 partes de su capacidad.

Introduce el molde para CupCakes en el horno y ponlo sobre una bandeja de rejillas. Si tu horno tiene tres posiciones colócala en la del centro, si tiene más, en la que esté justo debajo de la central.

Hornea los CupCakes durante unos 20 ó 25 minutos, dependiendo del horno. Puedes pinchar los CupCakes con un palito y si sale seco es que están hechos. Procura no abrir el horno antes de tiempo y a ser posible que sea a partir de los 18 ó 20 minutos.

Hamburguesa

Ingredientes:

1 kilo de Carne de vaca molida (de buena calidad)

Pan de hamburguesa

3 huevos

4 dientes de ajo

perejil

tomate frito

queso parmesano rallado

Lechuga

Cebolla

pan rallado

sal

pimienta

aceite de oliva

Procedimiento:

En un bol introducimos la carne picada y la salpimentamos.

En la licuadora añadir los huevos, los dientes de ajo y el perejil.

Se tritura e incorpora el resultado a la carne

Añadir unas 4 cucharadas de tomate frito.

A continuación añadimos el pan rallado.

Por último, añadimos el queso parmesano rallado.

Amasamos con las manos todos los ingredientes dado que es la mejor forma de que se integren todos.

Empezamos a formar las hamburguesas.

Se fríen y se pueden colocar en un pan acompañándolas con lechuga, tomate, cebolla caramelizada y queso gouda..

Tortas ahogada

Ingredientes:

Viotes 3 piezas

Manteca

1 puré de tomate

Rábano

Aguacate

500 gr Carnitas puerco

260 gr de costilla de puerco

1 k. Jitomate

Chile de árbol

Vinagre blanco

Frijoles refritos

Cebolla blanca o morada

1 cabeza de ajo

Repollo picado finamente

Comino en polvo

Orégano seco

Clavos de olor

Limón

Sal

Cilantro

1 coca

Salsa de soja

Procedimiento:

Salsa de tomate

Poner hervir los tomates hasta que la piel se desprenda.

Licuar el tomate cocido junto con el ajo y sal y orégano. Si es necesario agregar un poco del agua en la que se hirvieron los tomates.

Verter la mezcla en un recipiente y cocinar por 5 minutos.

Salsa picante:

Poner a hervir agua y se agregará los chiles de árbol para cocinarlo unos 5 minutos.

Luego licuar lo con el diente de ajo, el trozo de cebolla, pimienta, clavo de olor, cucharadas de vinagre y sal al gusto.

Agregar Coca cola a la mezcla hasta que obtenga una consistencia ligeramente espesa.

Cuela y vierte en un recipiente, Reservar.

Se puede prepara cebolla curtida para montar..

Montaje

Se corta en pan por la mitad se le pone frijol, carnitas, repollo aguacate y cebolla.

En un plato hondo se pone la torta se vierte la salsa de tomate, se agrega salsa picante por encima cebolla, presentar con rábanos y cilantro.

Chown men

Ingredientes:

Pollo/camarón condimentado

Brócoli

Cebolla

1 taza de salsa de soya

1/2 taza de agua

1 pimiento verde

Calabacín

Zanahoria

Espagueti

Procedimientos:

Cortar la proteína en fajitas y saltear.

Pasado 5 minutos agregar las verduras de acuerdo a su cocción, en un coludo cocer el espagueti al dente.

Cuando la verdura este cocida agregar ajinomoto, ajos en polvo y la salsa de soya, saltear por 1 o 2 minutos más y presentar

Pizza Italiana

Ingredientes:

Harina 250 gramos

Azúcar 1 cucharadas.

Levadura 1 cucharadas

Huevo 1

Aceituna un botecito

Agua 3 cucharadas

Sal

Aceite de oliva

Queso Mozzarella 200 gramos

500 gramos de tomate

½ cebolla

Procedimiento:

En un bowl agregar levadura, agua y azúcar Mezclar y añadir huevo.

Después añadir la harina, amasar y agregar aceite de oliva..

Dejar reposar la masa para que doble tamaño.

Una vez lista extender en el molde agrégale salsa de tomate,

queso mozzarella y las aceitunas y hornear...

Para la salsa:

Se hacen en cocasse los tomate y licuar con cebolla se añade orégano, tomillo y laurel

Licuada de frutos rojos vegano

Ingredientes:

1 taza de frutos rojos

Leche de soya

Azúcar.

Procedimiento:

Licuar los frutos con la leche, añadiendo azúcar al gusto.

Pozol México

Ingredientes

1 bolita de pozol de cacao

Azúcar al gusto

suficiente de agua

suficiente de hielo

Procedimiento

Coloca la pasta en un bowl y agrega poco a poco agua potable y disuelve con las manos (debe de ser con las manos necesariamente).

Una vez disuelto, agrega hielo y puedes endulzar con piloncillo o miel. Disfruta.

Cuba Libre Americana

Ingredientes:

2 oz de Ron

3 cucharadas de limón

Refresco coca cola

Procedimiento

Elena un vaso largo con hielo.

Agrega 60ml de ron y 110ml de cola sobre el hielo.

Agregar 30ml de jugo de limón.

Guarnece con una rodaja o piel de limón.

Coctel exótico oriental

200 gramos de azúcar

500 ml de agua

1 pieza de 5 cm jengibre en rodajas

10 mangos

2 limones jugo y ralladura

Ron ligero

Soda o agua con gas

Menta y rodajas de limón

Procedimiento

Primero se prepara el jarabe de frutas con jengibre, se pondrá en un caso pequeño el azúcar con el agua y se llevará a ebullición.

Cuando se disuelva el azúcar se agregará las rodajas de jengibre, el mango, el jugo y ralladura de limón.

Mezclarlo bien para después retirarlo del fuego y dejarlo enfriar.

Colar el jarabe.

En un vaso vierte un poco de este almíbar en un vaso de whisky con hielo.

Añade Ron blanco y se acabara de rellenar el vaso con soda.

Bellini Italia

Ingredientes

200 ml de puré de durazno próximo a madurar

400 ml vino espumoso

Procedimiento

Primero hay que pelar el melocotón y retirarle las semillas para triturarlos para formar un puré lo más suave posible.

Luego hay que añadir el puré a una copa clásica de champaña.

Después hay que añadir vino el cual debe rellenar un 40% de la copa en el proceso.

Decorar con un pedacito de melocotón en un costado de la copa.