



Menú para el Día de la Primavera

APERITIVO

Feta con Sandía

Endivias con camarón

Tarta de Cebolla

ENTRADA

Sopa fría de Pepinos

PLATO PRINCIPAL

Patitas de Pollo con Chutney de Mango

Espárragos con jengibre

Arroz Persa

POSTRE

Crocante de Frutas de Bosque con Crema Borracha

Feta con Sandía

1 trozo de sandía, en cubos

1 trozo de queso feta, en cubos

aceite, vinagre balsámico, pimienta

Pinchar un cubo de sandía y uno de feta. Rociar con aceite, vinagre y pimienta.

Endivias con camarones

2 endivias, lavadas, hojas separadas

½ kg de camarones, lavados y secos

mayonesa, dill, jugo de limón

Sal y pimienta

En un bol poner los camarones y aliñar con la mayonesa, dill y jugo de limón. Salpimentar. Disponer sobre las hojas de endivia.

Tarteletas de cebolla

1 masa de hojaldre congelada, en discos para poner en molde de muffin.

2 cebollas, en juliana y caramelizadas en mantequilla

2 huevos batidos

¼ taza de leche o crema

sal y pimienta

Mezclar las cebollas con los huevos batidos y la leche. Salpimentar. Colocar en la masa. Hornear unos 15 min. Hasta dorar.

Sopa fría de pepinos

1 cebolla picada

1 papa en cubos

4 ó 5 pepinos, pelados y en trozos

1 l de caldo

aceite de oliva, sal y pimienta

1 taza de leche descremada o yogurt natural

½ taza de crema

Saltear la cebolla; agregar los cubos de papa y el caldo. Hervir unos 10 min. Agregar los pepinos y sacar del fuego cuando están blandos. Licuar en la procesadora. Agregar la leche o yogurt y refrigerar. Añadir sal y pimienta, y un chorrillo de crema. Decorar con hojas de menta y rodajas de pepino (opcional).

Patitas de pollo con Chutney de mangos

2 kg patas de pollo

aceite de oliva, sal gruesa, pimienta

2 mangos en cubos

1 cebolla picada

1 diente de ajo machacado

1 cada de jengibre rallado

½ cdita de semillas de mostaza

2 cdas de pasas de uva

Pepitas de chile (opcional)

4 cdas de azúcar

3 cdas de vinagre

½ taza de agua

sal y pimienta

Poner el pollo limpio y seco en una asadera. Pintar con aceite y salpimentar. Asar unos 30-40 min hasta dorar. Deglasear la asadera con vinagre y un poco de azúcar. Retornar el pollo y mantener caliente.

Saltear la cebolla hasta que esté transparente, adicionar el ajo, los mangos, el jengibre, pasas y mostaza. Agregar el vinagre y azúcar. Cocinar a fuego bajo por 30 min agregando agua como sea necesario.

Espárragos con jengibre

4 atados de espárragos, blanqueados y en trozos

2 cdas de cebolla picada

1 c da de jengibre rallado

1 cdita de ajo picado (opcional)

½ taza de caldo, aceite

ralladura de limón, sal y pimienta

En una sartén Salta la cebolla, agregar el jengibre y el ajo. Verter el caldo y adicionar los espárragos. Salpimentar y disponer en un plato con ralladura de limón y un chorrito de aceite.

Arroz Persa

3 tazas de arroz Basmati

vino blanco

azafrán, canela, clavos, cardamomo, pimienta

almendras fileteadas para decorar (doradas en una sarten)

Lavar el arroz y dejar en remojo 2 horas. Colar y hervir en agua salada unos 10 min. Colar nuevamente y poner en una asadera para horno.

Calentar el azafrán con el vino. Derretir un poco de mantequilla y agregar las especias y el azafrán. Verter sobre el arroz y mezclar bien. Hornear unos 20 min hasta que los líquidos se absorban. Disponer las almendras doradas por encima.

Crocante de frutas de bosque con crema borracha

4 tazas de frutas de bosque

4 cdas de azúcar

2 tazas de harina

1 taza de avena arrollada

1 taza de almendras picadas

1 ½ de azúcar morena

1 ½ taza de mantequilla

Mezclar las frutas con azúcar y macerar.

Poner los otros ingredientes en un procesador y hacer una pasta de gránulos. Disponer en una asadera y hornear por 40 min hasta que este crocante y dorado.

Batir crema de leche con licor (Grand Marnier, Amaretto etc) para acompañar **Feta con Sandía**

1 trozo de sandía, en cubos

1 trozo de queso feta, en cubos

aceite, vinagre balsámico, pimienta

Pinchar un cubo de sandía y uno de feta. Rociar con aceite, vinagre y pimienta.

Endivias con camarones

2 endivias, lavadas, hojas separadas

½ kg de camarones, lavados y secos

mayonesa, dill, jugo de limón

Sal y pimienta

En un bol poner los camarones y aliñar con la mayonesa, dill y jugo de limón. Salpimentar. Disponer sobre las hojas de endivia.

Tarteletas de cebolla

1 masa de hojaldre congelada, en discos para poner en molde de muffin.

2 cebollas, en juliana y caramelizadas en mantequilla

2 huevos batidos

¼ taza de leche o crema

sal y pimienta

Mezclar las cebollas con los huevos batidos y la leche. Salpimentar. Colocar en la masa. Hornear unos 15 min. Hasta dorar.

Sopa fría de pepinos

1 cebolla picada

1 papa en cubos

4 ó 5 pepinos, pelados y en trozos

1 l de caldo

aceite de oliva, sal y pimienta

1 taza de leche descremada o yogurt natural

½ taza de crema

Saltear la cebolla; agregar los cubos de papa y el caldo. Hervir unos 10 min. Agregar los pepinos y sacar del fuego cuando están blandos. Licuar en la procesadora. Agregar la leche o yogurt y refrigerar. Añadir sal y pimienta, y un chorrito de crema. Decorar con hojas de menta y rodajas de pepino (opcional).

Patitas de pollo con Chutney de mangos

2 kg patas de pollo

aceite de oliva, sal gruesa, pimienta

2 mangos en cubos
1 cebolla picada
1 diente de ajo machacado
1 cada de jengibre rallado
½ cdita de semillas de mostaza
2 cdas de pasas de uva
Pepitas de chile (opcional)
4 cdas de azúcar
3 cdas de vinagre
½ taza de agua
sal y pimienta

Poner el pollo limpio y seco en una asadera. Pintar con aceite y salpimentar. Asar unos 30-40 min hasta dorar. Deglasear la asadera con vinagre y un poco de azúcar. Retornar el pollo y mantener caliente.

Saltear la cebolla hasta que esté transparente, adicionar el ajo, los mangos, el jengibre, pasas y mostaza. Agregar el vinagre y azúcar. Cocinar a fuego bajo por 30 min agregando agua como sea necesario.

Espárragos con jengibre

4 atados de espárragos, blanqueados y en trozos
2 cdas de cebolla picada
1 c da de jengibre rallado
1 cdita de ajo picado (opcional)
½ taza de caldo, aceite
ralladura de limón, sal y pimienta

En una sartén Salta la cebolla, agregar el jengibre y el ajo. Verter el caldo y adicionar los espárragos. Salpimentar y disponer en un plato con ralladura de limón y un chorrito de aceite.

Arroz Persa

3 tazas de arroz Basmati
vino blanco
azafrán, canela, clavos, cardamomo, pimienta

almendras fileteadas para decorar (doradas en una sartén)

Lavar el arroz y dejar en remojo 2 horas. Colar y hervir en agua salada unos 10 min. Colar nuevamente y poner en una asadera para horno.

Calentar el azafrán con el vino. Derretir un poco de mantequilla y agregar las especias y el azafrán. Verter sobre el arroz y mezclar bien. Hornear unos 20 min hasta que los líquidos se absorban. Disponer las almendras doradas por encima.

Crocante de frutas de bosque con crema borracha

4 tazas de frutas de bosque

4 cdas de azúcar

2 tazas de harina

1 taza de avena arrollada

1 taza de almendras picadas

1 ½ de azúcar morena

1 ½ taza de mantequilla

Mezclar las frutas con azúcar y macerar.

Poner los otros ingredientes en un procesador y hacer una pasta de gránulos. Disponer en una asadera y hornear por 40 min hasta que este crocante y dorado.

Batir crema de leche con licor (Grand Marnier, Amaretto etc) para acompañar **Feta con Sandía**

1 trozo de sandía, en cubos

1 trozo de queso feta, en cubos

aceite, vinagre balsámico, pimienta

Pinchar un cubo de sandía y uno de feta. Rociar con aceite, vinagre y pimienta.

Endivias con camarones

2 endivias, lavadas, hojas separadas

½ kg de camarones, lavados y secos

mayonesa, dill, jugo de limón

Sal y pimienta

En un bol poner los camarones y aliñar con la mayonesa, dill y jugo de limón. Salpimentar. Disponer sobre las hojas de endivia.

Tarteletas de cebolla

1 masa de hojaldre congelada, en discos para poner en molde de muffin.

2 cebollas, en juliana y caramelizadas en mantequilla

2 huevos batidos

¼ taza de leche o crema

sal y pimienta

Mezclar las cebollas con los huevos batidos y la leche. Salpimentar. Colocar en la masa. Hornear unos 15 min. Hasta dorar.

Sopa fría de pepinos

1 cebolla picada

1 papa en cubos

4 ó 5 pepinos, pelados y en trozos

1 l de caldo

aceite de oliva, sal y pimienta

1 taza de leche descremada o yogurt natural

½ taza de crema

Saltear la cebolla; agregar los cubos de papa y el caldo. Hervir unos 10 min. Agregar los pepinos y sacar del fuego cuando están blandos. Licuar en la procesadora. Agregar la leche o yogurt y refrigerar. Añadir sal y pimienta, y un chorrito de crema. Decorar con hojas de menta y rodajas de pepino (opcional).

Patitas de pollo con Chutney de mangos

2 kg patas de pollo

aceite de oliva, sal gruesa, pimienta

2 mangos en cubos

1 cebolla picada

1 diente de ajo machacado

1 cada de jengibre rallado

½ cdita de semillas de mostaza

2 cdas de pasas de uva

Pepitas de chile (opcional)

4 cdas de azúcar

3 cdas de vinagre

½ taza de agua

sal y pimienta

Poner el pollo limpio y seco en una asadera. Pintar con aceite y salpimentar. Asar unos 30-40 min hasta dorar. Deglasear la asadera con vinagre y un poco de azúcar. Retornar el pollo y mantener caliente.

Saltear la cebolla hasta que esté transparente, adicionar el ajo, los mangos, el jengibre, pasas y mostaza. Agregar el vinagre y azúcar. Cocinar a fuego bajo por 30 min agregando agua como sea necesario.

Espárragos con jengibre

4 atados de espárragos, blanqueados y en trozos

2 cdas de cebolla picada

1 c da de jengibre rallado

1 cdita de ajo picado (opcional)

½ taza de caldo, aceite

ralladura de limón, sal y pimienta

En una sartén Salta la cebolla, agregar el jengibre y el ajo. Verter el caldo y adicionar los espárragos. Salpimentar y disponer en un plato con ralladura de limón y un chorrito de aceite.

Arroz Persa

3 tazas de arroz Basmati

vino blanco

azafrán, canela, clavos, cardamomo, pimienta

almendras fileteadas para decorar (doradas en una sarten)

Lavar el arroz y dejar en remojo 2 horas. Colar y hervir en agua salada unos 10 min. Colar nuevamente y poner en una asadera para horno.

Calentar el azafrán con el vino. Derretir un poco de mantequilla y agregar las especias y el azafrán. Verter sobre el arroz y mezclar bien. Hornear unos 20 min hasta que los líquidos se absorban. Disponer las almendras doradas por encima.

Crocante de frutas de bosque con crema borracha

4 tazas de frutas de bosque

4 cdas de azúcar

2 tazas de harina

1 taza de avena arrollada

1 taza de almendras picadas

1 ½ de azúcar morena

1 ½ taza de mantequilla

Mezclar las frutas con azúcar y macerar.

Poner los otros ingredientes en un procesador y hacer una pasta de gránulos. Disponer en una asadera y hornear por 40 min hasta que este crocante y dorado.

Batir crema de leche con licor (Grand Marnier, Amaretto etc) para acompañar