



# Mis recetas favoritas



Gourmtemenu

Recopilación de recetas, “mis favoritas”...de todas partes\*.

Recopilación de  
Gustavo Jiménez Mora

31/03/2011



## Mis recetas favoritas...

Quienes me conocen saben que siento una predilección especial por las recetas de la cocina de Asia, entiéndase, china, japonesa; de la India, tailandesa, malaya, coreana, vietnamita...y países vecinos.

Saben también que tengo un cariño especial por el África subsahariana, y su cocina, una gastronomía que comparten muchos países, y que llego a nuestra América, en la manos y las labores de las esclavas que trajeron a trabajar a nuestros campos, y que es el origen de muchas de nuestras recetas latinas, especialmente en los pueblos costeros y caribeños de mi amada Venezuela, donde sembraron si tradición oral y sus recetas.

Pos eso, en este recetario que he titulado “Mis recetas favoritas” encontraran muchas recetas asiáticas y africanas, pero también recetas de todas partes del mundo, pues la inmigración que produjeron las guerras, que nos trajo a los italianos, al los portugueses, a los españoles de nuevo, a los judíos, a los alemanes en menor escala, y todos quienes vinieron nuestra amada América a buscar un nueva oportunidad de vida y nos enriquecieron la gastronomía con sus recetas y sus tradiciones

Disfruten de esta recopilación de recetas, mis favoritas...de todas partes.



*Gourmetmenu*

## Pollo al curry rojo con brotes de bambú



Los brotes jóvenes de bambú se cultivan en China para la mesa. La preparación es laboriosa, por lo que los brotes en conserva se usan en Occidente. Ellos proporcionan una textura crujiente, y un contraste útil para los demás componentes. En esta receta, la pasta de chile,

que es la base, tiene un sabor excelente, es útil en todo tipo de platos picantes, así que vale la pena hacerla en cantidad. El excedente puede ser almacenado en un frasco sellado en el refrigerador durante 3-4 semanas.

### Ingredientes: (para 4 - 6)

1 litro/1.75 pintas / 4 tazas de leche de coco

450 g / 1 libra sin piel ni espinas porciones de pechuga de pollo, cortada en cubitos

30 ml / 2 cucharadas de salsa de pescado tailandesa (nam pla)

15 ml / 1 cucharada de azúcar granulada

Brotes de 225 g / 8 oz de bambú en conserva, lavados y rebanados (se consiguen en tiendas especializadas en comida de Asia)

5 hojas de lima kaffir, desgarrado (hojas de limón)

Sal y pimienta negra al gusto

2 chiles rojos frescos, picados, 10-12 hojas de albahaca fresca, 10 a 12 hojas de menta fresca, para adornar

### Para la pasta de curry rojo:

12 a 15 chiles rojos frescos, sin semillas

4 chalotes, en rodajas finas

2 dientes de ajo, picados

15 ml / 1 cucharada de perejil fresco

2 tallos de hierba de limón, las partes tiernas picadas

3 hojas de lima kaffir, picado (hojas de limón)

4 coriandro (cilantro) con raíces

10 granos de pimienta negro  
5 ml / 1 cucharadita de semillas de cilantro  
2.5 ml/0.5 cucharadita de semillas de comino  
Buen pellizco de canela en polvo  
5 ml / 1 cucharadita de cúrcuma  
2.5 ml/0.5 cucharadita de pasta de camarones  
30 ml / 2 cucharadas de aceite

#### Método:

Hacer la pasta de curry rojo. Combine todos los ingredientes excepto el aceite en un mortero. Añada 5 ml / 1 cucharadita de sal. Golpee con una mano de mortero, o procese en un procesador de alimentos hasta que quede suave. Si está utilizando un mortero, puede que tenga que golpear los ingredientes por lotes y luego combinarlos.

Añada el aceite a la pasta un poco a la vez y se mezcla bien. Si estás utilizando un procesador de alimentos o licuadora, se agrega lentamente a través del tubo de alimentación. Raspe la pasta y póngala en un recipiente esterilizado y guárdelo en el refrigerador hasta que esté listo para usar.

Vierta la mitad de la leche de coco en una sartén grande y pesada. Suavemente lleve a ebullición, removiendo todo el tiempo hasta que se separa de leche del aceite, a continuación, reduzca el calor. Añada 30 ml / 2 cucharadas de pasta de curry rojo, revuelva para mezclar y cocine por unos minutos para permitir que los sabores se desarrollen. La salsa debe comenzar a espesar y agite con frecuencia para evitar que se pegue a la sartén. Añada un poco más de la leche de coco si es necesario.

Añada el pollo, salsa de pescado y azúcar. Fría durante 3-5 minutos hasta que el color del pollo cambia, revolviendo constantemente para evitar que se pegue. Agregue el resto de la leche de coco, con los brotes de bambú y hojas de lima kaffir. Lleve de nuevo a la ebullición. Agregue la sal y pimienta al gusto. Sirva adornado con los chiles, albahaca y hojas de menta.

## Calamares y calabaza en el wok

Por [glomen](#) (Petitchef)



### Ingredientes:

Calamares limpio y cortados a trozos.  
½ calabaza (auyama).  
2 ajos muy picados  
1 cucharadita de maicena  
4 cucharadas de soja  
1 cucharada vinagre de manzana  
4 cucharadas de agua  
Aceite de oliva.  
1 pizca de jengibre seco.  
Arroz blanco hervido  
Ají

### Preparación:

Cortamos la calabaza en cubos pequeños y ponemos a cocer en el microondas durante 4 minutos más o menos o hasta que cocida pero al dente.

En el Wok, ponemos 2 cucharadas de aceite y salteamos el calamar con el jengibre y los ajos muy picados. Sacamos y reservamos.

Ponemos dos cucharadas más de aceite en el Wok y salteamos la calabaza hasta dorarla.

En una taza, mezclamos la maicena, la soja, el agua y el vinagre, y se lo añadimos a la calabaza. Incorporamos el calamar y lo dejamos un par de minutos todo junto para que se integren los sabores.

Acompañamos de arroz hervido espolvoreado con ají

¡¡¡Que aproveche!!!



## Bizcocho de dos colores (marmoleado muy fácil)

Por mcalcaraz26



### Ingredientes:

Es la base del bizcocho de yogur: 1 yogur natural, 3 huevos.

En el envase de yogur: medimos 1 de aceite de girasol (o un poco menos si se quiere menos graso), 2 envases de azúcar y tres de harina

1 sobre de levadura royal mantequilla para untar el molde.

Para un color: raspadura de limón y canela en polvo

Para el otro color: dos cucharadas de chocolate en polvo.

Tenemos que usar dos jarras, una de ellas medidora.

### Preparación:

En una jarra medidora mezclar todo lo primero, y después separar en otra jarra la mitad de la mezcla (ayudándose con la medida de la jarra).

En la primera jarra echar la raspadura y la canela. Batir. En la otra jarra echar el chocolate y batir después de limpiar un poco el brazo de la batidora.

El horno debe precalentarse a 180°, con el molde que vamos a usar con la mantequilla para frotarla por el fondo con una servilleta de papel.

Ahora tenemos que echar las mezclas al mismo tiempo, una jarra en cada mano, dejando que las masas se junten pero no mezclarlas, echando una sobre otra y viceversa.

Meter en el horno sin mover mucho el molde. El resultado es un bizcocho con dos colores y dos sabores....

## Lasaña rápida de verdura y carne

Por glomen (Petitchef)



### Ingredientes:

Placas de lasaña precocinadas.  
Verduras ( Brócoli, zanahoria, cebolla, puerro....)  
Carne picada  
Salsa bechamel ( la preparada)  
Especias  
Vino blanco.

### Preparación:

Ponemos las placas en remojo 15 minutos.

En una cazuela sofreímos la carne especiada (con las especias que nos gusten), yo le puse orégano, ajo, ají, pimienta y cebolla. Cuando cambie de color añadimos una copa de vino blanco y dejamos reducir.

Las verduras las cocemos en el micro durante 5 minutos a máxima potencia.

En una fuente apta para horno, montamos una capa de pasta, la carne, otra capa de pasta, la verdura, y por último otra de pasta. Cubrimos con la salsa bechamel. Añadimos queso rallado, en este caso parmesano, y ponemos al horno a 180° durante 20 minutos.

Gratinamos al gusto...y ya tenemos lista la lasaña. ¡¡¡Que aproveche!!!..

## Las Luther Burger



Una *Luther Burger* con patatas fritas.

**Esta es** una hamburguesa (específicamente una con queso y tocineta o bacon) que emplea una dona glaseada en lugar del pan tradicional que suele llevar la hamburguesa. Se trata de una hamburguesa (especie de sándwich) muy conocida en la gastronomía americana moderna.

Fue preparada en honor al cantautor y productor discográfico Luther Vandross, ya desaparecido y la leyenda dice que él mismo inventó. Se dice que fue preparada por primera vez en el bar de Decatur, Georgia, denominado Mulligan y que el dueño del bar donó los derechos de esta hamburguesa al equipo de béisbol Atlanta Braves y según parece sólo ellos pueden vender esta hamburguesa con la denominación *Luther Burger*.

Un pequeño equipo de baloncesto en St. Louis, los Gateway Grizzlies, ha empezado a comercializar su propia versión y la distribuyen los días de partido, la denominan *Donut Burger*.

Se trata de una hamburguesa con gran aporte de calorías que puede superar las 1000 kcal por pieza. Se compone de carne de vacuno (a veces con mezcla) a la que se añade queso y bacón o tocineta. La originalidad consiste en que en lugar de poner piezas de pan de molde con semillas de sésamo como las versiones tradicionales, emplea en su lugar una dona o rosquilla cortada transversalmente y puesta al revés con el glaseado hacia el interior, como se ve en la imagen arriba. Esta forma de elaborar la hamburguesa ha venido a denominarla a veces como *Donut Burger*. Existen versiones con dos donuts,





otras ponen el donut en la parrilla para calentar el azúcar glaseado y que se derrita ligeramente.

La hamburguesa se hizo más conocida cuando apareció en Cartoon Network "The Boondocks".

### Cómo preparar una hamburguesa "Luther Burger"

#### Ingredientes

Una dona gaseada (Krispy Kreme)

2 tiras de tocino (bacón o tocineta)

Una rebanada de queso amarillo tipo Americano

Una hamburguesa preparada de carne de vacuno o mixta (vacuno y cerdo)

#### Preparación

Cocine su hamburguesa de carne de vacuno, y agregue el queso si lo desea. Mientras que su hamburguesa esta cocinándose, también se debe cocinar el tocino. Corte la dona por la mitad, y tuéstela en la plancha si lo desea. Usted también puede hacer su hamburguesa "Luther Burger" con 2 donas glaseadas y sin cortar, como panes, pero la original es con una dona glaseada cortada a la mitad. De vuelta al la don dejando el glaseado hacia adentro y coloque su hamburguesa de carne de vacuno en la parte superior de la mitad inferior. Agregue el tocino sobre la carne y el queso, cúbralo con la mitad superior de la rosquilla. Sirva con papas fritas o cualquier otra cosa que el deseo y placer.

Esta hamburguesa ha recibido el apodo de pesadilla de un cardiólogo y tiene más de 1000 calorías. Si a usted le gusta esta hamburguesa, no la consuma regularmente sino como un regalo especial a sus sentidos.





## Macarrones con queso, tomates y maíz

### Ingredientes

1 paquete de 250 o 300 gramos de pasta corta, (coditos, caracolitos etc.). Cocidos al dente según las instrucciones del paquete, enjuagados y escurridos. Deben estar ya fríos.

1 lata de tomate en daditos, 1 lata de maíz dorado en granos

### Para la Bechamel con queso:

1 barra de mantequilla, 1 tacita de harina, 16 onzas taza de leche, 1 ½ tazas de queso Cheddar o amarillo tipo americano, picadito o rallado

### Para el tope crujiente

1 taza de queso parmesano rallado o 100 gramos, 1 taza de pan rallado, 1 barra de mantequilla derretida

### Preparación

Precalentamos el horno a 400°F-200°C. En un caldero grande que pueda meterse en el horno, ponemos la pasta ya cocida, y le agregamos los tomates y el maíz, mezclándolo todo muy bien y reservamos tapado. Comenzamos a preparar la bechamel, para eso derretimos la mantequilla a fuego medio en una sartén, agregamos la harina y la sofreímos hasta que este bien doradita, añadimos la leche y vamos mezclando con una varilla para que espese un poco y se integre todo, añadimos el queso y seguimos mezclando hasta que se derrita completamente, vertemos la salsa bechamel sobre la pasta con tomates y maíz y revolvemos envolventemente par integrar todo. En un tazón ponemos el pan rallado y el queso parmesano, los mezclamos y añadimos la mantequilla derretida, mezclando todo muy bien, esto lo esparcimos sobre nuestra preparación de pasta, uniformemente cubriéndolo todo muy bien. Ya esta listo para meterlo n el horno, lo metemos tapado durante 10 minutos, luego quitamos la tapa y lo dejamos 10 minutos ms hasta que la capa superior este doradita y crujiente. Servimos cliente ...Disfrútelo!.

## Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

