

RECETAS
de
Navidad
2017





Índice

Entradas

- 3 Ensalada Navideña Funcional **Sisy Garza**
- 4 Ensalada Navideña con Alcachofa **Becca Zaher**
- 5 Ensalada de Vegetales Asados **Karina Ruiz**
- 6 Ensalada Dulce **Juany Almaguer**
- 7 Ensalada Navidad de Colores **Ana Saludable**
- 8 Champiñones Rellenos **Eliana Aguilar**
- 9 Crema de Brócoli y Espinacas **Ana Caballero**
- 10 Hojaldre de Romeritos **Chantal Viguera**
- 11 Coles de Bruselas con Granada **Adriana Flores**

Plato Fuerte

- 12 Atún al Brandy **Eduardo Acosta**
- 13 Lomo de Cerdo Relleno **Tony Cabrera**
- 14 Pechuga de Pavo en Salsa de Ciruela **Marcela Bortoni**
- 15 Bacalao a la Vizcaína, la receta de mi mamá **Claudia Ruiz**
- 16 Pavo en Achiote **Zulma Varela**
- 17 Pollo al Horno en Salsa de Limón, Cilantro y Jalapeño **Healthy Lily**
- 18 Lomo Relleno al Champiñón **Mariana en Casa**
- 19 Tamales Veganos **Natalia Delgado**

Postres

- 20 Galletas de Estrellas Navideñas **Vanessa Hernández**
- 21 Brazo Gitano **Marce Fit**
- 22 Trenza de Ojaldre con Queso Crema y Nuez **La Cocina Mexicana de Pily**
- 23 Barritas de Limón y Frambuesa **Ismael Maynez**
- 24 Galletas Navideñas con Menta **Dalila**
- 25 Nueces Garapiñadas **La Lola Dice Food Blog**
- 26 Pay de Nuez **Shot de Vida Sana**
- 27 Pastel con Manzanas tipo Alemán **Pilar Marinero**
- 28 Manzanas Horneadas con Flan Napolitano **Maria Isabel Reyes**
- 29 Sweet Bites **Emi Lunch**
- 30 Botitas de Navidad de Salchicha **Abby Chavez**
- 31 Platillo Navideño para Niños **Patricia Esparza**

ENSALADA NAVIDEÑA FUNCIONAL



Sisy Garza



sisygarza



5 Tazas de espinacas
Gajos de 3 mandarinas
3/4 taza de almendras en lajas
Granos de 1 granada

Ingredientes

ADEREZO:
1/2 tz de miel de maple
1/4 tz de aceite de oliva
Gajos de 1 mandarina picada
Pizca de sal de mar
Pizca de pimienta

Mezcla todos los ingredientes de la ensalada y a continuación vierte la mezcla del aderezo y disfruta.

Instrucciones

El resultado: Una ensalada fresca pero antojable aún si hace frío y que te hará sonreír.



ENSALADA NAVIDEÑA CON ALCACHOFA



Becca Zaher



beccazaher

Ingredientes

Para la Ensalada:
1 Taza de Espinaca Baby
1 Taza de Arúgula
1/4 Taza de Arándanos
1/4 Taza de Nuez de Castilla
Palmitos en rodajas al gusto
Corazones de Alcachofas al gusto
50g de Queso de Cabra

ADEREZO:
1/2 Taza de miel de maple
1/4 Taza de aceite de oliva
Gajos de 1 mandarina picada
Pizca de sal de mar
Pizca de pimienta

Instrucciones

1. Agregar todos los ingredientes de la ensalada en un plato hondo grande y mezclar.
2. Licuar los ingredientes del aderezo hasta obtener una consistencia cremosa.
3. Servir y agregar aderezo al gusto.



ENSALADA DE VEGETALES ASADOS

Ingredientes

Betabel
Calabacita
Berenjena
Cebolla cambray
Brócoli
Aceite vegetal (yo uso de coco o de aguacate)
Aceite de oliva
Lechuga
Nueces, semillas o queso (opcional)

VINAGRETA

1 parte de vinagre balsámico
3 partes de aceite de oliva
Sal y pimienta al gusto
Revolver muy bien los ingredientes y servir generosamente.

Instrucciones

1. Rebanar los vegetales en rodajas delgaditas. Las cebollas se parten por la mitad y la brócoli en ramilletes.
2. Esta receta la puedes hacer en un sartén o comal, en el horno o en el asador. En este caso, yo lo hice en sartén poniendo un poco de aceite. Se ponen los vegetales, se les agrega un poquito de sal de ajo con orégano y se dejan por unos 5 minutos hasta que se doren un poco, voltear y cocer por otros 5 minutos.
3. El brócoli se pone en el sartén al último y se agrega poquita agua para saltearlo ligeramente. Ya que estén doraditos se sirven sobre una cama de lechuga y se agrega un poco de vinagreta balsámica. Si gustas puedes agregar ajonjolí, semilla de girasol, semilla de hemp o algún queso para complementar.



Karina Ruiz



MejorNatural



ENSALADA DULCE

Juany Almaguer



JuanyAlmaguerBlog

Ingredientes

- 3 Tazas de mezcla de lechugas y espinacas baby
- 1/2 taza de moras
- 1/2 taza de frambuesas
- 1/2 taza de fresas
- 1/2 taza de zarzamoras
- 1 1/2 taza de camote pelado y en cubos medianos
- 1/2 taza de miel de abeja
- 2 ramas de romero
- 1/2 taza de nuez

Instrucciones

1. El primer paso para armar esta ensalada es poner a asar 1 taza y media de camote en cubos por aproximadamente 12-15 minutos, en una charola cubierta con papel encerado.
2. Mientras se asan los camotes, armas la base verde en un tazón con lechuga sangría y espinacas baby. Después agregas los frutos rojos y los acomodas con cuidado de no maltratarlos.
3. Aparte, en una olla pequeña y a fuego medio pones 3/4 de taza de miel de abeja y agregas unas cuantas ramitas de romero para saborizarla durante unos 2 o 3 minutos.
4. A la miel le añades corazones de nuez y una vez apagado el fuego, la pasas a un bowl y le incorporas los cubos de camote previamente rostizados. Mezclas muy bien y añades sobre la ensalada.
5. Esta ensalada es perfecta para acompañar con salmón.



NAVIDAD EN COLORES

Ingredientes

LOS VERDES CON BLANCO

250 Gramos (pueden ser más o menos, según prefieras) de mezcla de hojas verdes (espinaca, arúgula, lechugas, canónigos, berza...), bien lavados y escurridos
1 Pepino, cortado en rodajas delgadas
2 Varas de apio, cortados en palitos. Si quieres, puedes agregar también las hojas
1 Pimiento verde, cortado en julianas
1 Taza de arvejas (chicharos), cocinados al vapor
1 Cabeza de brócoli pequeña (los floretes cocinados al vapor)
1 Bulbo de hinojo, cortado en rodajas

LOS ROJOS CON BLANCO

1 pimiento rojo cortado en julianas
1 docena de tomatillos cherry, partidos por la mitad
1 manojo de rábanos pequeños (aproximadamente 8-10), cortados en rodajas delgadas

ADEREZO

1 manojo de hojas de hierbabuena
1 manojo de cilantro
1 manojo pequeño de las hojas de los rábanos
½ taza de aceite de oliva, de primera extracción, prensado en frío
El jugo de 1 limón
1 pizca de sal
1 pizca de pimienta negra
Agua, de 2 a 4 cucharadas, (la cantidad puede variar dependiendo que tan espeso quieras el aderezo)

Instrucciones

1. Todos los ingredientes se ponen en un recipiente grande y se mezclan muy bien. Si quieres, puedes poner los tomates al final, así no se lastiman mientras se está revolviendo todo.
2. Para hacer el aderezo, pones todos los ingredientes en una licuadora o procesador de alimentos y mezclas todo muy bien, hasta que tenga una consistencia homogénea. Puedes irle agregando agua de a pocos, mientras continúas mezclando, hasta que quede tan espeso como desees.
3. Asegúrate que las hierbas estén cortadas en trozos pequeños, así no se enredan en las aspas del aparato que vas a utilizar.
4. Para servir, puedes hacerlo bañando la ensalada con el aderezo, o poniéndolo aparte, para que cada quien le agregue la cantidad que prefiera.



Ana Saludable



anasaludable

CHAMPIÑONES RELLENOS DE DIP DE ESPINACAS



Eliana Aguilar



Elianaaguilarhealthcoach

Ingredientes

Una caja de champiñones cremini o portobello frescos
2 Tazas de nueces de la india crudas sin sal
4 Dientes de ajo
1 Cebolla blanca en julianas
1^{1/2} Cucharada de ghee (mantequilla clarificada)
7 Tazas de espinacas baby desinfectadas
Sal y pimienta al gusto

Instrucciones

1. Primero que nada, remoja con anticipación las nueces de la India en agua, por al menos 6 horas. Una vez transcurrido el tiempo, retira el agua.
2. Limpia los hongos, removiendo el tallo y cocina al vapor por 15 minutos. Ya listos, escurre el exceso de agua y aparta para el final.
3. En un sartén grande con tapa, calienta 1/2 cucharada de ghee y saltea por 3 minutos a fuego medio los ajos y la cebolla blanca.
4. Después agrega las espinacas, revuelve y tapa por otros 3 minutos.
5. Agrega la mezcla de espinacas al procesador o a la licuadora, más las tazas de nueces de la india sin agua, el resto del ghee, sal sin yodar y pimienta al gusto.
6. Procesa en la velocidad más lenta, hasta que se integren todos los ingredientes, prueba y sazona de nuevo si es necesario.
7. Rellena los hongos con el dip y sirve de inmediato. Si estas preparando con anticipación, déjalos preparados en una charola y solo hornea antes de servir.

CREMA DE BRÓCOLI Y ESPINACAS

Ingredientes

- 1 brócoli
- 1 manojo de espinacas
- 1 papa
- 1 zanahoria
- 1 jitomate
- 1 varita de apio
- 2 cucharadas de mantequilla
- 2 cucharaditas de sal de mar

Instrucciones

1. Corta en cuadros grandes todas las verduras. No necesitas quitar la piel a nada, pero sí te recomiendo que laves todo muy bien. Las espinacas no las tienes que cortar, se incorporan así enteras y hasta con el tallo, solo lávalas muy bien y desinfectalas.
2. Coloca las verduras cortadas (excepto las espinacas), una cucharada de sal de mar en una olla y agrega suficiente agua, hasta cubrir las. Colócala al fuego y espera hasta que las verduras se cuezan muy bien y estén súper suaves.
3. Cuando las verduras estén en su punto, o sea muy suaves, agrega las espinacas y déjalas que se cuezan por 2 minutos.
4. Apaga el fuego y pasa las verduras solo con un poco del líquido de cocción (1 taza aprox.) a la licuadora.
5. Agrega las dos cucharadas de mantequilla y licúa todo perfectamente.
6. Puedes regresar las verduras licuadas a la olla en donde se cocinaron con el líquido de cocción. Solo Espera. Revisa qué tan espesa quedó después de licuarla. Si así te gusta, guarda el líquido como caldo de verduras para usarlo después. O si quieres que esté más aguadita la crema, agrega caldito de verduras al gusto.
7. Prueba tu crema de verduras y comprueba el sabor. Si necesita un poco de sal, añádela. Vuelve a prender el fuego y deja que hierva.
8. ¡Listo! Sirve bien calentita y disfruta con los que más quieres.



Ana Caballero



delicioushome

HOJALDRE DE ROMERITOS NAVIDEÑOS

Ingredientes

250g de romeritos frescos
250g papa cambray
100g de setas
200g de pasta de mole poblano
1 Hoja seca de alga Nori
1 Taza de agua o caldo de verduras
o consomé vegetal
Sal de mar
1 Lámina de pasta de hojaldre
Aceite de oliva para barnizar
Romero fresco
Ajonjolí tostado

Instrucciones

1. Lavar y poner a cocer papas cambray en una olla con suficiente agua y sal hasta que suavicen.
2. Lavar y desinfectar romeritos, una vez limpios y sin tallos gruesos remojar en una olla con agua hirviendo, dejar de 2 a 3 minutos a fuego alto. Drenar y escurrir.
3. Desmenuzar setas, dora en un sartén a fuego alto para evitar desprendan su suero. Sazona al gusto y reserva.
4. Disolver la pastilla de consomé vegetal en la taza de agua (caliente). En una olla agregar la pasta de mole e ir disolviendo con el caldo de verduras, agrega poco a poco para no perder la consistencia espesa del mole, incluye la alga nori molida o en tiras finas. Dejar que entre en hervor a fuego medio, añade las setas, papas y romeritos. Deja sazonar un par de minutos, apaga, deja que entre a temperatura ambiente y reserva.
5. En una superficie plana y limpia extender la lamina de hojaldre con un rodillo para pan. Ya que tienes un

rectángulo (aprox 30cm de largo x 36cm de ancho) acomodar sobre una bandeja para hornear, coloca papel encerado ligeramente engrasado. Marca a lo ancho de la masa tres partes, en el centro se acomodará el relleno de romeritos navideños, los extremos servirán para cerrar. Haz cortes horizontales en ambos lados, del extremo hacia adentro hasta donde topa con el relleno, (de 2cm de largo aproximadamente) para poder formar una trenza.

6. Para cerrar primero cruzar la pestaña izquierda ligeramente inclinada, luego la derecha quedando sobre la esquina de la izquierda y así sucesivamente hasta llegar abajo. Presionar los extremos para evitar se salga el relleno.
7. Barnizar con aceite de oliva, espolvorea romero fresco picado y ajonjolí.
8. Hornea de 30 a 35 minutos a 350°F|108°C o hasta que se vea doradito. Y listo, a disfrutar.



Chantal Viguera



chantallvegetal



COLES DE BRUSELAS CON GRANADA

Ingredientes

- 2 Tazas de coles de bruselas
- ½ Taza de granada
- ½ Nuez pecana picada
- ½ Cucharadita sal
- 2 Cucharadas de aceite de oliva

ADEREZO DIJON

- Jugo de 1 limón amarillo
- 1/3 Taza de aceite de oliva
- 1 Cucharada de mostaza Dijon de granos
- 2 Cucharadas de miel de abeja
- 1 Ajo picado
- Una pizca de sal

Instrucciones

Modo de preparación aderezo Dijon:

1. En un recipiente separado agregar los ingredientes del aderezo y mezclarlos.

Modo de preparación Coles:

1. Precalentar el horno a 400°F.
2. Engrasar con 1 cucharada de aceite de oliva una charola para hornear.
3. Partir a la mitad las coles de Bruselas.
4. Colocarlas en la charola, agregar una cucharada de aceite de oliva y ¼ cucharadita de sal.
5. Hornear de 30-45 minutos.
6. Una vez a temperatura ambiente agregar en un recipiente las coles, nuez picada, granada y aderezo Dijon e incorporar todos los ingredientes.

Adriana Flores



hcadriana



ATÚN AL BRANDY

Ingredientes

Para los medallones de atún:
4 medallones de atún fresco salpimentados.
4 cucharadas de aceite de oliva.

Para la cama de cebolla caramelizada:
1 Cucharada de mantequilla
1 Cucharada de aceite de oliva
2 Cebollas moradas fileteadas
4 Cucharadas de azúcar.
2 oz de brandy.

Decoración:
1 ramita de albahaca.
50ml de crema balsámica

Instrucciones

Cama de cebolla caramelizada:

1. En una cacerola agrega la mantequilla y el aceite, vierte la cebolla y espera a que acitrone o tome una tonalidad transparente.
2. Agrega el azúcar, brandy y mezcla hasta que reduzca.
3. Para el atún: En un sartén tipo grill a fuego medio vierte un poco de aceite de oliva y coloca el atún sellando por ambos lados.

Presenta el platillo:

1. En un plato blanco coloca un poco de crema balsámica.
2. Coloca 2 cucharadas de la cebolla caramelizada al brandy.
3. Dispón el atún decorando con el albahaca y #Sazona la vida



Eduardo Acosta



chefedd



LOMO DE CERDO RELLENO

Ingredientes

2 kg de lomo de cerdo
1/2 kg de tocino
1/4 taza de almendras
1/4 taza de pistache
1 pimiento rojo
1 pimiento verde
1 taza de espinacas
4 rebanadas de jamón
2 dientes de ajo
1/2 taza arándano
2 tazas de Oporto
2 pz zanahoria
1/2 cebolla
Sazonador

Instrucciones

1. Con un cuchillo filoso abrimos nuestro lomo en forma de sábana y sazonamos por ambos lados.
2. Cocinamos el tocino en el sartén o plancha hasta que se dore bien por ambos lados.
3. Picamos los pimientos, almendras, pistache, espinacas y ajos.
4. Agregamos el jamón y tocino junto con los demás ingredientes picados, esparciéndolos bien por todo el lomo.
5. Enrollamos el lomo y en una plancha o sartén caliente lo sellamos primero por el lado del borde para evitar que se abra, dejamos alrededor de 5 minutos por lado para que quede bien sellado.
6. Preparamos nuestra charola con la cebolla, zanahoria algunos trozos de pimiento, el Oporto y una taza de caldo de pollo.
7. Agregamos el lomo, tapamos con papel aluminio y lo llevamos al horno por 40 minutos a 180 grados.
8. Pasando los 30 minutos destapamos el lomo para que se dore y tome un color dorado obscuro.
9. Los restos de la charola los agregamos en la licuadora para preparar el gravy.
10. Licuamos alrededor de 2 a 3 minutos y lo incorporamos en una olla pasándolo por un colador dejamos que hierva y rectificamos el sazón .
11. Cortamos el lomo en rodajas de 3 cm y bañamos con nuestro gravy.



Tony Cabrera



Chefpalarazatonycabrera

PECHUGA DE PAVO EN SALSA DE CIRUELA PASA



Marcela Bortoni



Consultorio.Marcela.Bortoni

Ingredientes

- 1 kg de Pechuga de pavo cocida y cortada en rebanadas gruesas.
- 6 ciruelas pasas (3 cortadas en trocitos pequeños y 3 enteras)
- 6 orejones de chabacano (3 cortadas en trocitos pequeños y 3 enteros)
- 1/2 taza de caldo de pollo
- 1/2 taza de vino tinto
- Sal y pimienta al gusto
- 1 Cda de Mantequilla ghee
- 1 Cda de harina de coco

Instrucciones

1. Sellamos por ambos lados la pechuga de pavo en poquito aceite de oliva, sal y pimienta y reservar.
2. Hacemos la salsa de ciruela, poniendo a calentar la mantequilla ghee con la cucharada sopera de harina y agregando poco a poco el caldo y el vino tinto.
3. Licuamos la mezcla anterior con las ciruelas pasas y los orejones enteros para después pasarlo al fuego durante 5 minutos.
4. Bañar con esta salsa las rebanadas de pechuga de pollo y espolvorearles el resto de los chabacanos y las ciruelas pasas picadas.



*BACALAO A LA VIZCAÍNA
LA RECETA DE MI MAMA.*

Claudia Ruiz

 Ganadora Concurso Elite

Ingredientes

- 1 kg de bacalao
- 1 kg de jitomate
- 10 dientes de ajo chicos
- 350 ml de aceite de oliva
- 100 gr aceitunas verdes rellenas de pimiento
- 200 gr almendras enteras
- 2 pizzas de pimiento rojo grandes
- 8 chiles güeros
- Alcaparras miniaturas
- 350g de papitas cambray blancas cocidas
- 1 manojo de perejil picado (solo las hojas)
- Hiervas de olor

Instrucciones

1. Remojar el bacalao 24 horas antes y cambiarle 3 veces el agua.
2. Desmenuzar y reservar.
3. Licuar los jitomates con un poco de agua para hacer un puré ligero y colarlo. Reservar.
4. Freír la mitad de los ajos en el aceite de oliva hasta que se doren y retirarlos.
5. En ese aceite freír la cebolla fileteada y la otra mitad de ajos hasta que la cebolla esté transparente.
6. Incorporar el puré de jitomate natural y dejar que se sazone con las hierbas de olor.
7. Cuando la salsa esté cocida y con cuerpo, se le agrega el bacalao desmenuzado
8. Cocinar por 20 minutos a fuego lento.
9. Agregar el perejil.
10. Agregar las almendras fileteadas.
11. Incorporar las aceitunas y las alcaparras.
12. Una vez que resalte el aceite hasta arriba de la preparación, agregar las papitas cambray cocidas y partidas en dos.
13. Decorar con pimientos rojos, asados y limpios, chiles güeros y un par de zanahoria en vinagre.



PAVO EN ACHIOTE

Ingredientes

1 pavo natural
1 1/2 jugo de piña
500 gr carne molida de cerdo
2 varas de apio
1 zanahoria
1/2 cebolla blanca
1 diente de ajo
1/2 taza de pasas
1/2 taza de aceitunas
1/2 taza de jugo de naranja
1/2 barra de achiote
1 taza vino blanco
1 barra de mantequilla

4 Cucharas aceite de
aguacate de tu preferencia
Sal y pimienta al gusto
Papel aluminio
1 pavera
1 jeringa

Instrucciones

1. El pavo lo pones a descongelar, lo lavas y secas, inyectas con 1/2 taza de vino blanco y jugo de piña, le alzas la piel, lo salpimentas, lo untas con la mantequilla, y lo dejas reposar en lo que preparamos el relleno.
2. En un sartén colocas el aceite de aguacate, agregas la cebolla, el ajo y cuando acitrone, colocas la zanahoria y apio en cubos pequeños.
3. Retiras los vegetales y colocas la carne en el sartén
4. Aparte, pon a remojar las pasas en media taza de vino
5. Cuando esté cocida la carne, salpimenta, agrega la aceituna, las pasas con el vino y los vegetales.
6. Espera a que reduzca el jugo.
7. Rellena el pavo.
8. Licúa el achiote con el jugo de naranja y poca sal. Con una brocha, unta todo el pavo por fuera.
9. Hornea por 2 horas (recuerda que la temperatura de cada estufa es distinta)
10. Puedes decorar con rodajas de naranja.



Zulma Varela



Chef Zulma Varela

Vive esta Navidad
con la familia





*POLLO AL HORNO EN SALSA DE
LIMÓN, CILANTRO Y JALAPEÑO*

Ingredientes

- 1 pollo entero
- 1 pimiento rojo en tiras delgadas
- 1 tomate bola en rodajas delgadas
- 1 chile jalapeño
- 1 tomatillo verde
- 1/2 taza de cilantro
- 5-6 limones (su jugo)
- 1 diente de ajo
- Sal de mar
- Aceite de oliva o coco

Instrucciones

1. Limpia el pollo quitándole la piel y pártelo en piezas (pechuga, alas, muslos, piernas) y reserva.
2. Precalienta el horno a 220°C.
3. Licua el chile jalapeño, tomatillo, jugo de limón, cilantro, diente de ajo, sal y reserva.
4. Engrasa una bandeja para hornear con un poco de aceite de coco u oliva y encima agrega una capa de tomate en rodajas (procura cubrir toda la bandeja).
5. Agrega las piezas de pollo y vierte toda la salsa encima del pollo hasta cubrirlo totalmente.
6. Por último, agrega el pimiento en tiras y tapa con un papel aluminio.
7. Hornea por 45 minutos aproximadamente a 220°C.
8. Comparte y disfruta.



Healthy Lily



HealthyLily

LOMO RELLENO AL CHAMPIÑÓN

Ingredientes

Para el lomo:

1.5 kg de lomo de cerdo en corte mariposa para rellenar
300 gramos de espinacas lavadas y desinfectadas
½ taza de cebolla finamente picada
4 dientes de ajo grandes o 6 pequeños picados
4 tazas de queso mozzarella rallado o cualquier queso que se derrita
Aceite de oliva (cantidad necesaria)

Sal de mar o flor de sal
Pimienta recién molida

Para el gravy:

400 grs de champiñones rebanados
4 tazas de caldo de res o caldo de pollo, puede ser incluso caldo de verduras
3 cucharadas de fécula de maíz
Sal de mar o flor de sal
Pimienta recién molida

Instrucciones

1. Precalienta tu horno a 190°C
2. En un sartén coloca 2 cucharadas de aceite de oliva junto con el ajo y la cebolla. Cuando el ajo tome un color ligeramente dorado agrega las espinacas. Cuando las espinacas reduzcan su tamaño retira del fuego, deja enfriar y reserva.
3. Extiende el lomo y salpimenta al gusto. Distribuye el queso mozzarella y las espinacas cocidas a lo largo del lomo. Después enrolla el lomo y presiona muy bien. Con hilo de algodón para cocinar amarra el lomo de manera que quede asegurado el relleno y no se salga.
4. Calienta un sartén de fondo grueso y de preferencia que pueda meterse al horno. Agrega 2 cucharadas de aceite de oliva, una vez caliente coloca la pieza de lomo y sella cada lado para que todo el lomo tome un color dorado. Una vez sellado hornea a 190°C por 50 minutos a 1 hora, hasta que los jugos de la carne

salgan transparentes o si tienes un termómetro para carne debe de marcar 63°C o 146°F. Al salir del horno pásalo a una tabla para cortar y deja reposar 15 minutos antes de cortar.

5. Para el gravy disuelve la fécula de maíz en una taza de caldo de res o pollo frío y reserva. Coloca la sartén en donde se selló el lomo a fuego medio y agrega 1 cucharada más de aceite de oliva, agrega los champiñones en lotes, el objetivo es queden separados para que tomen un color doradito, retíralos del sartén cuando cambien de color. En ese mismo sartén agrega el caldo de res o pollo para desglasar lo que quedó en el fondo, sazona con sal y pimienta y al final agrega la fécula de maíz disuelta. Baja el fuego al mínimo y mueve constantemente hasta que espese. Agrega los champiñones, deja hervir 5 minutos más y listo. Sirve caliente acompañando al lomo relleno.



Mariana en Casa



Marianaencasa



TAMALES ROJOS DE PAPA Y ACEITUNAS (VEGANOS)



Natalia Delgado



chefnataliadelgado

Ingredientes

Para la masa:
1 kilo de harina para tamal
½ taza de aceite de canola
1cta. de polvo para hornear
1cta. de bicarbonato
1cda. de vinagre de manzana
1cda. de sal
4tz. de caldo de vegetales

Para el relleno:
4 papas en cubos de 2 cm.
1tz. De aceitunas sin hueso
1/4tz. De chiles jalapeños en vinagre

1/2tz. De pasitas

Para la salsa:
4 chiles guajillo hidratados
2 chiles de árbol hidratados
1/4 De cebolla cocida
1 diente de ajo
1 1/2 tz. De caldo de vegetales
Hojas de maíz para tamal

Instrucciones

1. Pon a remojar las hojas para tamal en agua caliente por 20min. Escurre.

2. Licúa los ingredientes para la salsa por 3 min. en la licuadora, vaciar en un tazón con las papas crudas, aceitunas, chiles y pasitas, mezclar.

3. En un tazón mezcla la harina con los ingredientes secos, agrega el vinagre, caldo poco a poco y bate con una batidora eléctrica por 7 minutos, la consistencia debe quedar ligera y esponjosa.

4. Unta dos cucharadas de masa en una hoja formado una capa delgada y cubriendo una tercera parte de la hoja (parte central) coloqua dos cucharadas

de relleno, y cierra el tamal doblando un extremo hacia el centro y colocando el otro extremo sobre el.

5. Coloca los tamales en una vaporera conforme el vapor pueda circular alrededor de ellos, agrega 1 litro de agua caliente por un extremo y lleva a ebullición y tapa la vaporera, baja el fuego a medio-bajo y cocina por 1 hora y media.

6. Saca un tamal y checa que la papa esté suave.

7. Deja reposar dentro de la vaporera apagado el fuego por 20 min.

8. Sirve con salsa roja.

GALLETAS ARBOLITO DE NAVIDAD

Ingredientes

- 2 tazas de harina
- 1 taza de azúcar glass
- 100 grs de mantequilla
- 1 pizca de sal
- 1 cda. de extracto de vainilla
- 1 huevo
- Especias: canela, cardamomo, nuez moscada (opcional)
- 1 taza de glaseado real

Instrucciones

1. En un bowl coloca un colador, seguidamente agrega la harina, el azúcar y la sal, tamiza todo muy bien, si decides colocarle especias agrégalas en este paso.
2. Vierte el huevo en el centro de los ingredientes secos, bate un poco hasta mezclar bien, ve agregando poco a poco la mantequilla, cuando esté toda la masa incorporada, transfiere a un papel film y refrigera por 1 hora.
3. Precalienta el horno a 180°C.
4. Retira la masa del refrigerador y extiéndela en una superficie enharinada usando el rodillo, corta las estrellas de diferentes tamaños usando cortadores de galletas en forma de estrella, coloca las galletas en una bandeja para hornear y cocina unos 15 min o hasta que las galletas estén doradas.
5. Deja enfriar las galletas sobre una rejilla.
6. Para decorar las galletas en forma de árbol, primero haz el glaseado real, seguidamente transfírelo a una manga pastelera.
7. Coloca una galleta grande en el fondo agrega un poco de glaseado y pega otra galleta, ve sobreponiendo las galletas hasta formar el árbol, decora con más glaseado real haciendo formas divertidas y ornamentales en cada galleta.



Vanessa Hernández



ChokolatPimientaFoodBlog



BRAZO GITANO



Marce Fit



marcefit360

Ingredientes

Para el bizcocho:
5 claras + 1 yema
40g de harina de avena
2 cucharadas de cacao en polvo
20ml de leche de almendra

Para la crema catalana:
1 yema
200ml de leche de almendra hervida con un sobre de té de frutos rojos
30g de harina de almendras

Instrucciones

Para el bizcocho:

1. Precalentar el horno a 200 grados
2. Cubrir una bandeja plana de horno con papel vegetal
3. Montar en un recipiente las claras a punto de nieve con la ayuda de varillas eléctricas
4. En un recipiente aparte, mezclar con varillas eléctricas la yema, avena y los 20ml de leche hasta que quede una crema lisa sin grumos. Después incorporar las claras con una espátula con movimientos envolventes.
5. Se pone la mezcla en la bandeja y se cubre toda con la masa en forma de rectángulo, lo más igualada posible.
6. Hornear 5 minutos. Tiene que ser un bizcocho muy tierno y flexible para que al enrollar no se quiebre.
7. Sacar del horno y colocar otro papel vegetal encima y le damos la vuelta, dejamos templar un poco. Después quitamos el papel que fue la

base inicial y así templado, le damos la vuelta para formar un rollo.

Para la crema catalana:

1. Disolver la harina de avena en agua y llevar a fuego
2. Con las varillas revolvemos hasta que empiece a espesar, en ese momento se retira del fuego y le ponemos la yema
3. Batir de nuevo en el fuego unos minutos hasta que hierva
4. Retirar inmediatamente del fuego cuando hierva y pasar a un recipiente plano y se tapa con papel transparente tocando la crema para que no forme costra.
5. Dejar enfriando y luego poner en el refrigerador.

Montaje:

1. Desenrollar el bizcocho, cubrir con la crema pastelera toda la superficie y volver a enrollar.
2. Colocar en un plato y se pone encima crema dulce y fresas.

TRENZA DE HOJALDRE CON QUESO CREMA

Ingredientes

1 corona mediana
1/2 kg de masa de
hojaldre
1 paquete grande
de queso crema a
temperatura ambiente
1/3 taza azúcar

1 taza de nuez picada
4 cucharadas de miel de
abeja
Harina para espolvorear

Instrucciones

1. En un tazón coloca el queso crema y con un tenedor o cuchara incorpora con el azúcar.
2. En una mesa de trabajo limpia espolvorea un poco de harina y estira la masa de hojaldre de tal manera que te quede un rectángulo largo. La masa debe de quedar delgada pero no tanto como para que cuando la rellenes se rompa.
3. Ahora con el revés de la cuchara o con espátula esparce el queso crema primero en todo lo largo y ancho de la masa, en seguida la nuez.
4. Enrolla la masa a lo largo comenzando desde la orilla que está más cercana a tí.
5. Una vez que terminaste de enrollar, coloca la orilla hacia abajo del rollo.
6. Con un cuchillo muy filoso corta el rollo a la mitad a lo largo, sin miedo, no pasa nada.
7. Así, como tienes acomodado el rollo, comienza a trenzar la corona, arriba y abajo, arriba y abajo,

- etc... sigue hasta terminar procurando que la parte abierta o el relleno quede arriba .
8. Engrasa una charola para galletas.
 9. Forma la corona haciendo un círculo y une las orillas de forma bonita para que no se vea tan evidente la unión.
 10. Deja reposar sobre la charola 30 a 45 minutos, si la temperatura ambiente es caliente métela al refrigerador.
 11. Precalienta el horno a 250°C y mete la trenza, después de 10 minutos, baja la temperatura a 180°C y sigue horneando hasta que esté doradita.
 12. Saliendo del horno brochea con miel de abeja al gusto.
 13. ¡Disfruta!



La Cocina Mexicana de Pily



lacocinamexicanadepily.guadalajara

BARRITAS DE LIMÓN Y FRAMBUESA



Ismael Maynez



MaynezFoodStudio

Ingredientes

Para la corteza:
2 Barras de Mantequilla
de 90 gr c/u
90 gr de azúcar morena
220 gr de Harina de Trigo

Para el Relleno:
3 Huevos
240 gr de azúcar
20 gr de Harina de Trigo

Jugo y ralladura de 3
Límones Eureka
1/2 taza de Frambuesas
troceadas
Azúcar impalpable para
espolvorear

Instrucciones

Para la corteza:
1. Precalentar el Horno
a 350 °F (180° C).
Preparar un molde
desmontable cuadrado de
9 por 9 pulgadas (23 por
23 cm) revestirlo con
grasa antiadherente
y papel para hornear,
dejando el exceso de
papel en los lados para
removerlo más fácil
después de hornear.
2. En el tazón de
la batidora eléctrica,
acremar la mantequilla
con el azúcar a velocidad
media. Agregar el harina
y mezclar hasta que se
forme una masa uniforme.
Presiona la masa en el
fondo del molde para
hornear.
3. Hornear por 15 minutos
a 350 F.
4. Mientras tanto empezar
a hacer el relleno.

Para el Relleno:
5. En el tazón de la
batidora eléctrica, batir
los huevos y el azúcar
hasta suavizar. Agregar la
harina y mezclar, luego el
jugo de los limones y las
frambuesas. Cuando la
corteza salga del horno,
verter el relleno encima de
la corteza. Meter al horno
por otros 20 minutos.
6. Dejar enfriar
completamente y después
espolvorear con azúcar
impalpable. Sacar del
molde con ayuda del
sobrante del papel para
cortar los cuadritos más
fácil.
7. Adornar con ralladura
de limón antes de servir.



GALLETAS DE CHOCOLATE CON MENTA



Dalila



[dalilart7](#)

Ingredientes

1 cucharada de mantequilla sin sal
1 cucharada de aceite de coco orgánico
1 gota de aceite esencial de Menta
150 gr de chocolate amargo
2 huevos orgánicos
3/4 taza de azúcar mascabada

1/2 taza de harina integral
1/4 cucharadita de polvo de hornear
1 pizca de sal

Instrucciones

1. Precalienta el horno a 180 grados.
2. Derrite a baño maría el chocolate en trozos con la mantequilla.
3. Mezcla con un palillo la gota de aceite esencial de Menta en la cuchara de aceite de coco.
4. Cuando la mezcla de chocolate y mantequilla se ha enfriado agrega la mezcla de aceite de coco con menta.
5. En otro bowl bate los huevos con el azúcar mascabado por un par de minutos hasta que se haga esponjoso y claro. Agrega la mezcla de chocolate.
6. En otro bowl agrega

la harina, el polvo para hornear, la sal y revuelve. Agrega la mezcla de harina en la mezcla de chocolate / huevo y revuelve con una espátula.

7. Deja la mezcla en el refrigerador por 5 - 10 minutos.

8. Con una cuchara, coloca las galletas en una bandeja para horno previamente engrasada o arriba de papel de horno.

9. Hornea por 10 minutos o hasta que las partes superiores se vean secas y agrietadas.

10. Deja enfriar antes de servir.



NUECES GARAPIÑADAS

Ingredientes

2 tazas de nueces, peladas y a la mitad
1 taza de azúcar
½ taza de agua (también puede ser ¼ de agua)
Opcional: 1 cucharadita de vainilla

Charola para hornear
Aceite para engrasar charola

Instrucciones

1. En una olla o sartén grueso (a fuego medio) agregamos el agua y azúcar (y vainilla si quieres), mezclamos a que se incorpore el agua con el azúcar y estaremos revolviendo por 2-3 minutos.

2. Vaciamos las nueces y seguimos mezclando vamos a ver que empezará a hervir y en unos minutos el agua se va a evaporar y el azúcar se volverá a endurecer (no se desesperen esto todavía sigue). Seguimos a fuego medio y revolviendo (ya en tiempo estamos en 10 minutos), en este punto solo estaremos esperando a que se vuelva a derretir el azúcar y tendremos las nueces bien garapiñadas ya que estarán muy bien cubiertas de miel.

3. Pasamos las nueces a la charola y dejamos que se enfríen, separando las nueces entre si para tenerlas por piezas.



La Lola Dice Food Blog



LaLolaDice

PAY DE NUEZ SALUDABLE

Ingredientes

Para la base:
2 tazas de harina de almendras
2 cucharadas de harina de coco
¼ cucharada de sal de mar
2 cucharadas de aceite de coco
1 huevo

Para el relleno:
1 taza de miel de maple orgánica
½ taza de azúcar de coco
2 cucharadas de mantequilla o ghee
3 huevos
1 cucharada de extracto de vainilla
¼ cucharada de sal de mar
1 ¼ taza de corazones de nuez

Instrucciones

Para la base:
1. Precalienta el horno a 250°C
2. En un procesador de alimentos o licuadora potente mezcla la harina de almendras, la harina de coco y la sal.
3. Agrega el aceite de coco, 1 huevo y mezcla bien hasta formar una masa.
4. Acomoda esta masa en un molde para pay presionando bien hasta las orillas.
5. Llévalo al refrigerador mientras preparas el relleno.

Para el relleno:
6. En una olla mediana caliente la miel de maple orgánica a fuego medio y deja que comience a hervir (tarda aproximadamente 10 minutos).
7. Mientras hierve la miel, coloca el azúcar de coco y la mantequilla o ghee en un bowl y revuelve.
8. Cuando la miel haya comenzado a hervir, viértela en

el bowl sobre la mantequilla y el azúcar.
9. Deja que la mezcla repose 1 minuto y luego mezcla de forma uniforme con un batidor de globo o con tenedor.
10. Agrega los 3 huevos, la vainilla y la sal de mar y continúa batiendo hasta integrar completamente.
11. Saca del refrigerador el molde con la base y vierte la mezcla del relleno
12. Coloca cuidadosamente los corazones de nuez encima del relleno.
13. Cubre tu pay con papel aluminio, colócalo sobre una charola y lleva al horno por 30 minutos, luego baja la temperatura a 180°C y hornea por 20 minutos más o hasta que el pay se sienta firme. Déjalo enfriar y ¡disfruta!

Shot de Vida Sana



shotdevidasana

PASTEL CON MANZANAS ESTILO ALEMÁN



Pilar Marinero



Ganadora Concurso Elite

Ingredientes

200g de harina
200g de azúcar
200g Mantequilla
2 cucharaditas de polvo de hornear
4 huevos
1/4 de cucharadita de sal
2 cucharadas de esencia de vainilla
Un chorrito de brandy
3 manzanas en rebanadas de media luna
Un puño de pasitas y otro de nuez
Cerezas
1/2 taza de azúcar mascabado.

Instrucciones

1. Comenzamos con colocar en el recipiente, las rebanadas de manzana, las pasas, la nuez y el azúcar mascabado. Dejamos macerar.
2. Separar las claras y las yemas. Batir las yemas hasta que empiecen a cambiar de color e ir agregando el azúcar poco a poco.
3. Agregar la mantequilla y seguir batiendo hasta acremar.
4. Agregar ya fuera de la batidora, la harina que estará integrada con el polvo de hornear y la sal.
5. Batir las claras a punto de nieve y agregar a la masa.
6. En un molde engrasado y enharinado, voltear la masa y adornar con las manzanas maceradas y las cerezas.
7. Hornear de 40 a 50 minutos o hasta que al introducir un palillo salga limpio.
8. Desmoldar y adornar con azúcar glass sernida por encima.
9. ¡A disfrutar!

MANZANAS HORNEADAS CON FLAN NAPOLITANO



Maria Isabel Reyes



Ganadora Concurso Elite

Ingredientes

Ingredientes para 6 personas:
6 Manzanas medianas lavadas

1 raja de canela
Mermelada de fresa

Para el flan:
5 Huevos
1 Lata de leche evaporada
1 Lata de leche condensada
2 Cucharaditas de vainilla
3 Cucharadas de azúcar
1 Recipiente con agua y limón

Instrucciones

1. Horno precalentado a 200 grados.
2. Se pelan las manzanas y se les quita el corazón, se van reservando en el recipiente con agua y limón para evitar que se oxiden.
3. En una sartén antiadherente ponemos a quemar el azúcar y la agregamos inmediatamente en un refractario.
4. Enseguida se licúan los 5 huevos, la leche evaporada, la leche condensada y las cucharaditas de vainilla, se reserva un momento.
5. En el refractario ya con el azúcar quemada, se colocan las manzanas una a una separadas un poco y en cada una se coloca una cucharadita de mermelada y un trocito de canela en el espacio del corazón.
6. Se vacía la mezcla para flan en el refractario con cuidado de no mover las manzanas y se pone sobre una charola con agua para meter a hornear por 40 minutos.
7. Transcurridos los 40 minutos se pueden retirar del horno, dejar enfriar y se podrán disfrutar.
8. Se sirve una manzana por persona, con un poco de flan napolitano.



SWEET BITES



Emi Lunch



emilunchideas

Ingredientes

- 1 tz de almendras previo remojo
- 1/2 tz de nuez previo remojo
- 1/2 tz de dátiles sin hueso
- 1 tz de manzanas deshidratados
- 1/3 tz de arándanos deshidratados
- 1 cda de canela en polvo
- Pedacito de jengibre (opcional)
- Pizca de sal

Instrucciones

1. En un procesador de alimentos coloca las almendras y nueces, pulsa hasta que se hayan mezclado completamente.
2. Agrega el resto de los ingredientes y vuelve a pulsar, mueve la mezcla constantemente para ayudar al procesador de alimentos.
3. Haz bolitas con tus manos del tamaño que lo desees.
4. Puedes almacenarlas en el refrigerados hasta por 1 semana.

BOTITAS DE NAVIDAD DE SALCHICHA



Abby Chávez



Ganadora Concurso SoftDreams

Ingredientes

- 1/2 litro de agua natural
- 3 salchichas
- 140 gr de queso panela
- Catsup (la necesaria)
- Palitos de madera para brochetas

Instrucciones

1. Poner el agua a calentar, cuando empiece a hervir se colocan las salchichas.
2. Cinco minutos después se sacan las salchichas y se parten en cuatro.
3. Ahora parte las orillas esquinadas y lo que quedo se parte a la mitad.
4. Después se unen los 2 pedacitos 1 de la orilla y 1 de en medio.
5. Se giran hasta que quede como una botita y luego se colocan en el palito de la brocheta.
6. Se parte el queso panela en un círculo pequeño (como el tamaño de una corcholata) y se coloca en el palito de la brocheta arriba de las salchichas.
7. Añade la catsup en forma de botones (2 gotitas una arriba y una abajo).
8. Y listas para comer.

*PLATILLO NAVIDEÑO
PARA NIÑOS*



Ingredientes

- PASTEL DE CARNE (RODOLFO EL RENO)
- 1 cucharada de aceite comestible
- 1000 gramos de carne molida
- 1 cebolla, picado finamente
- 1 pimiento morrón verde, sin semillas y picado
- 2 zanahorias, peladas y picadas finamente
- 1 chayote pelado picado
- 1 papá pelada picada finamente
- 1/2 taza de quinoa
- 1 cucharada de mostaza
- 2 cucharadas de salsa de jitomate
- 1 huevo

Instrucciones

- PASTEL DE CARNE
- 1. Precalienta el horno a 180 °C y engrasa un refractario con aceite.
- 2. Mezcla muy bien todos los ingredientes y sazona con sal y pimienta.
- 3. Coloca dentro del refractario engrasado, dándole la forma de panqué.
- 4. Cubre el pastel de carne con papel aluminio y hornea durante 1 hora o hasta que se haya cocido completamente.
- 5. Destapa durante los últimos 10 minutos de cocción para que se dore un poco.
- 6. Para decorar tortillitas doradas en tiras.
- 7. Decora el plato con motivo navideño.



Patricia Esparza



Ganadora Concurso Babysec

Deseamos que en sus hogares abunde la paz y felicidad.

¡FELICES FIESTAS!

Gracias por ser parte de esta gran familia.



www.facebook.com/Productos.Elite/
www.instagram.com/papeleselite/
www.papeleselite.mx



www.facebook.com/babysecmx/
www.instagram.com/babysec_mx/
www.babysec.com.mx



www.facebook.com/SoftDreamsMx/
www.instagram.com/softdreamsmx/
www.softdreams.com.mx



www.facebook.com/CotidianMexico/
www.mundocotidian.com.mx