

SABORES DE MI HUERTO



Las 10 recetas más populares del blog según nuestros lectores.

LECHE DE ALMENDRAS

Ingredientes

- 2 tazas de almendras
- 1 litro de agua

Instrucciones

1. Remojar las almendras durante toda la noche
2. Procesar las almendras junto con el agua
3. Pasar por la manta de cielo



KALE CHIPS

Ingredientes

- Hojas de Kale
- Aceite de Oliva, el necesario
- Sal a gusto
-

Instrucciones

1. Limpiar bien las hojas de kale.
2. Eliminar el tallo con la ayuda de unas tijeras.
3. Cortar en trozos pequeños las hojas.
4. Mojar las hojas con aceite de oliva.
5. En un horno a 180 grados centígrados hornear por 8 minutos o el tiempo necesario para que estén crujientes, teniendo cuidado de que no se quemen.
6. Dejar enfriar y salar.



ENSALADA DE PEPINO

Ingredientes

- 3 Pepinos
- ¼ Taza de yogurt
- Aceite de oliva (el necesario)
- 1 Limón
- Sal a gusto
- 1 Cucharadita de eneldo

Instrucciones

1. Cortar los pepinos en cubos o rebanadas
2. Agregarles el yogurt, limón y aceite a gusto
3. Salarlo y agregarle el eneldo



SOPA DE TORTILLA

Ingredientes

1 cebolla	1 Aguacate
1 diente de ajo	1 Queso tipo panela
7 jitomates maduros o una lata de jitomates en conserva	Chiles Guajillo a gusto
1 ramita de epazote	Crema a gusto
1 a 2 litros de agua o caldo de verduras	Limón a gusto
1 kilo Tortillas	Sal a gusto

Instrucciones

En una cacerola cocinar la cebolla cortada en trozos hasta que quede suaves casi transparentes, agregar el ajo y poco después los jitomates troceados. Éste es el primer paso de la sopa y uno de los más importantes, hay que darle amor y respetar sus tiempos. Pasados unos 15 minutos llevar todo a la licuadora y procesar muy bien. Pasar la mezcla por un colador, para eliminar las semillas y pieles del jitomate así como trozos que no deben estar en la sopa, y regresarla a la olla, agregar el caldo de verduras hasta conseguir una textura perfecta, queremos que sea una sopa pero que tenga cuerpo. Dejar que hierva por unos 5 minutos y agregar una rama de epazote, en este paso hay que ir probando el caldo hasta sentir que el sabor ya está en su punto y que el epazote no sobrepasa los demás sabores, una vez que estén contentos con el sabor se saca la rama de epazote del caldo. Agregar las sal necesaria (al final).

Cortar las tortillas en tiras y freír hasta que estén bien crujientes, sacar del fuego el aceite y poner los chiles cortados en rodajas por unos segundos para que se frían tengan cuidado éste paso debe ser súper rápido si no se quemarán.

En un plato de sopa poner cuadrados pequeños de queso panela y aguacate, agregar un poco de crema unas gotitas de limón, unas rodajas de chile a gusto y el caldo. Las tortillas yo les recomiendo las vayan agregando mientras van comiendo para no perder su textura crujiente.





PASTEL DE PAPA

Ingredientes

- 1 diente de ajo
- 1 pimiento morrón rojo
- aceitunas
- 3 jitomates sin piel ni semillas
- 500 gramos carne molida
- sal
- 1 cebolla
- pimienta
- pimentón de la vera (opcional)
- 4 papas
- mantequilla
- leche
- queso parmesano (el necesario)
-

Instrucciones

1. Poner a hervir las papas, una vez listas hacer un puré con ellas agregarles leche tibia, mantequilla, queso parmesano rallado, sal y pimienta hasta obtener un puré suave (no muy liquido).
2. En un sartén sofreír el pimiento morrón, agregar la cebolla y por ultimo el ajo, una vez que las verduras están es su punto agregar los jitomates molidos sin piel ni semillas, dejar cocinar por unos minutos, salpimentar y reservar.
4. En un sartén bien caliente cocinar la carne sin moverla mucho dejando que tome color pero sin cocinarla por completo (debe quedar medio cruda) condimentar con sal (poca por que lleva aceitunas), pimienta y el pimentón de la vera, sacar del fuego mezclar con la salsa de jitomate y agregar las aceitunas cortadas en trozos.
5. En un recipiente para el horno, poner la carne y por encima el puré, espolvorear con queso parmesano, y un poco de pimienta.
6. Llevar al horno, de 15 a 20 minutos a 180 grados centígrados para que la carne termine de cocinarse, pero teniendo cuidado de que no se seque.
7. Servir y disfrutar con una buena ensalada de hojas verdes.



TARTA DE ESPINACAS

Ingredientes

- 1 cucharada de mantequilla
- 1 cucharadita de aceite
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- ½ kilo de espinacas
- 350 gr masa de hojaldre
- 100 gramos de requesón
- 40 gramos de queso parmesano
- 2 huevos
- sal y pimienta a gusto

Instrucciones

1. Estirar la masa de hojaldre y colocarla sobre un charola para horno previamente engrasada.
2. Picar la cebolla finamente y cocinarla a fuego muy bajo con la mantequilla y el aceite hasta que se deshaga (entre 20 y 30 minutos).
3. Agregar el ajo y cocinar por 5 minutos más.
4. Colocar las espinacas con todo y tallo, cocinar por 15 minutos.
5. Sacar del fuego y agregar el requesón, así como los huevos batidos (reservar dos cucharas de huevo).
6. Salpimentar
7. Colocar el relleno sobre la masa y doblar las esquinas.
8. Pintar la masa que queda expuesta con el huevo que reservaron y agregar un buen puñado de queso parmesano.
9. Hornear a 180 grados centígrados entre 20 y 35 minutos o hasta que la masa este bien cocinada y dorada.



HOJALDRE DE BRÓCOLI

Ingredientes

- 300 gr de masa de hojaldre
- 2 cabezas medianas de brócoli
- ½ cebolla en medias rodajas
- ¼ de pimiento morrón rojo picada fina
- 1 diente ajo picado fino
- 2 huevos
- 1 taza de crema liquida
- Mantequilla la necesaria
- Queso parmesano a gusto
- Sal y pimienta a gusto

Instrucciones

1. Blanquear los brócolis, cocinándolos en agua hirviendo previamente salada por unos minutos.
2. Cortar la cocción de los brócolis en agua fría.
3. Cocinar la cebolla junto con la mantequilla hasta que se caramelicé.
4. Agregar el pimiento y el ajo, cocinar por unos minutos más hasta que se suavicen las verduras.
5. En un recipiente mediano poner la masa de hojaldre, abajo el sofrito de las cebollas.
6. Agregar el Brócoli, ponerlos parados y uno junto al otro bien apretados.
7. Mezclar los huevos con la crema salpimentar y verter la mezcla sobre la tarta
8. Poner por encima queso parmesano.
9. Hornear a 180 grados centígrados hasta que la masa este dorada y el queso derretido y se vea completamente tentador.
- 10.



RAVIOLES DE CALABAZA Y SALVIA

Ingredientes

- 400 gramos de harina
- 4 huevos
- Aceite de oliva el necesario
- Sal
- Una calabaza de tamaño mediano
- 2 cebollas
- Mantequilla la necesaria
- Salvia la necesaria

Instrucciones

1. Hornear la calabaza a 180 grados centígrados hasta que este suave.
2. Caramelizar las cebollas con un poco de mantequilla.
3. Hacer un puré con la calabaza y las cebollas.
4. Amasar el harina, huevos y un chorro de aceite de olivo hasta obtener una masa lisa y tersa.
5. Formar los raviolos y cocinarlos en agua hirviendo hasta que estén al dente.
6. En una cacerola poner a derretir mantequilla junto con unas hojas de salvia y poner los raviolos al dente.
7. Servir y disfrutar



PECETO A LA VINAGRETA



Ingredientes

- 1.5 kilos de cuete de res
- 1½ pimiento rojo en bastones
- 1½ cebolla en rodajas
- 15 - 20 zanahorias en bastones
- 6 dientes de ajo cortados por la mitad
- 1 cucharada de pimienta en grano
- 2 hojas de laurel
- una cucharadita de orégano
- vinagre blanco el necesario
- agua la necesaria
- aceite el necesario
- Sal a gusto

Instrucciones

1. Salpimentar el cuete y sellarlo bien por todos sus lados
2. En una olla poner la carne las verduras y cubrir con una medida de aceite una de vinagre y una de agua hasta que cubra la carne.
3. Poner pimienta en grano, el laurel, el orégano y sal
4. cocinar entre 1:30 a 2 horas hasta que la carne este bien cocinada.
5. Dejar enfriar por completo **NO CORTAR LA CARNE HASTA QUE ESTE FRIA**
6. Cortar la carne y regresar a la vinagreta
7. Comer frio o temperatura ambiente





PAN DE PLÁTANO

Ingredientes

- 3 plátanos maduros
- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- ½ taza de mantequilla (al tiempo)
- 1 taza de azúcar
- 2 huevos
- ¼ cucharadita de extracto de vainilla
- 1 cucharada de leche
- 1 taza de nueces troceadas

Instrucciones

1. Mezclar el harina, junto con el polvo para hornear y el bicarbonato.
2. En un recipiente poner la mantequilla a temperatura ambiente y mezclar con el azúcar con la ayuda de una espátula.
3. Con un tenedor aplastar bien los plátanos.
4. Agregar el huevo, la vainilla, la leche y los plátanos a la mezcla de la mantequilla e integrar bien.

Agregar el harina que ya tiene el polvo para hornear así como el bicarbonato y la sal e incorporar con ayuda de una espátula hasta que la mezcla este bien integrada.

Agregar las nueces.

Poner en un molde de pan y llevar a un horno a 180 grados centígrados de 1 hora a 1 hora y media.

Sabrán que esta listo cuando al insertar un palillo en el centro del pan éste salga casi limpio.

Dejar enfriar bien antes de cortar.

