



Celebremos el orgullo  
**DE SER COLOMBIANOS CON**





*No hay nada que nos*  
**IDENTIFIQUE MÁS COMO**  
**COLOMBIANOS QUE NUESTRA**  
**DELICIOSA GASTRONOMÍA**





\*Imagen de referencia

## ARROZ CON POLLO JUGOSO AL SARTÉN



Porciones: 4



Total: 32 min



fácil

### Ingredientes

1 libra de arroz preparado sin sal (500 g)

1 sobre de **JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® PIMENTÓN** (23 g)

1 pechuga de pollo cortada en 4 filetes (453 g)

1 cucharada de aceite (14 g)

1 tomate rojo finamente picado sin piel (123 g)

1 diente de ajo triturado (3 g)

1 cebolla cabezona finamente picada (80 g)

1 pimentón rojo finamente picado (116 g)

½ libra de arveja fresca desgranada cocinada (250 g)

1 zanahoria pelada cortada en cubos y cocinada (60 g)

½ libra de habichuela picada en rodajas y cocinada (250 g)

1 sobre de **CALDO DE GALLINA MAGGI® DESMENUZADO** (9 g)





## Instrucciones

### PASO 1 COCINA Y PORCIONA EL POLLO

Saca las 4 láminas que vienen dentro del sobre de **JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® PIMENTÓN**, pon en cada lámina un filete de pechuga y lleva a fuego medio en una sartén 8 minutos por cada lado con la sartén tapada, pasado el tiempo saca las láminas, retira del fuego y corta en cubos medianos.

### PASO 2 SOFRÍE LOS VEGETALES Y EL ARROZ

En una olla con el aceite bien caliente sofríe el tomate, el ajo, la cebolla y el pimentón por 3 minutos, adiciona la arveja, la zanahoria, la habichuela, el arroz y sofríe por 2 minutos más, hasta que integres bien.

### PASO 3 ADICIONA EL CALDO

Agrega el sobre de **CALDO DE GALLINA MAGGI® DESMENUZADO** y remueve hasta integrar, agrega el pollo cortado en cubos medianos y mezcla bien.

### PASO 4 SIRVE

Acompaña con rodajas de tomate, lechuga fresca y trozos de aguacate, luego sirve en porciones iguales.

### PASO 5 TIP

También puedes usar en esta receta **CALDO DE GALLINA MAGGI® DESMENUZADO 70% MENOS SODIO**.



\*Imagen de referencia

## BANDEJA PAISA



Porciones: 4



Total: 88 min



Intermedio

### Ingredientes

1 1/2 cucharadas de aceite (21 g)

2 tallos de cebolla larga finamente picada (30 g)

2 tomates maduros sin piel y finamente picados (240 g)

1 sobre de **CALDO CON COSTILLA MAGGI® DESMENUZADO** (9 g)

3 tazas de agua (750 ml)

1/2 libra de fríjoles bola roja remojados desde la noche anterior (250 g)

1/4 libra de carne molida magra (125 g)

1/2 libra de arroz blanco cocinado (250 g)

1/4 de libra de tocino crocante cortado en 4 porciones (125 g)

4 chorizos tipo coctel previamente cocinados y dorados (120 g)

4 huevos fritos (200 g)

1 aguacate partido en 4 porciones (110 g)

4 arepas pequeñas redondas (80 g)

4 tajadas de plátano maduro fritas (80 g)





# Instrucciones

## PASO 1 PREPARA LOS FRÍJOLES

Calienta en una olla a presión una cucharada de aceite por 3 minutos a fuego medio; añade la cebolla, el tomate y el sobre de **CALDO CON COSTILLA MAGGI® DESMENUZADO** y revuelve para integrar bien, finalmente cocina por 2 minutos o hasta que el tomate suelte sus jugos.

## PASO 2 AGREGA EL AGUA

Adiciona las tres tazas de agua y los frijoles. Tapa la olla y cocina por 30 minutos.

## PASO 3 PUNTADA FINAL A LOS FRÍJOLES

Pasado el tiempo de cocción retira la olla del fuego, sácale el aire con cuidado antes de destapar. Vuelve nuevamente al fuego y cocina los frijoles hasta que espesen. Debes continuar revolviendo de vez en cuando.

## PASO 4 PREPARA LA CARNE MOLIDA

Calienta en una sartén el aceite restante por 3 minutos a fuego medio. Agrega la carne y con una cuchara revuelve, debes dejar cocinar por 5 minutos o hasta que este bien cocinada.

## PASO 5 PREPARA LOS CHICHARRONES

En una olla de fondo alto agrega 2 tazas de agua y el tocino cortado en trozos; tapa la olla y lleva al fuego medio por 20 minutos o hasta que el tocino esté bien cocinado y crocante. Retira del fuego y déjalos en papel absorbente para retirar el exceso de grasa.





## **PASO 6 PREPARA LOS CHORIZOS**

En una sartén pequeña adicionar dos cucharadas de agua y los chorizos. Lleva a fuego medio hasta que los chorizos estén bien dorados.

## **PASO 7 PREPARA LAS AREPAS**

En una parrilla o sartén a fuego medio debes poner las arepas y dorar por ambos lados.

## **PASO 8 SIRVE**

En 4 bandejas o 4 platos sirve arroz, fríjoles, carne molida, chicharrón, chorizo, huevo, aguacate, arepa y 1 tajada de plátano maduro, todo en porciones iguales.



Recetas  
Nestlé



\*Imagen de referencia

## CHANGUA CON ALMOJÁBANA



Porciones: 4

Total: 23 min

Fácil

### Ingredientes

- 2 tazas de agua (500 ml)
- 2 tazas de leche (500 ml)
- 1 sobre de **CALDO CON VEGETALES MAGGI® DE LA HUERTA DESMENUZADO** (9 g)
- 1 rama de cilantro (10 g)
- 1 tallo de cebolla larga incluyendo la parte verde, finamente picada (15 g)
- 4 huevos (200 g)
- 2 almojábanas medianas (100 g)





# Instrucciones

## PASO 1 EMPIEZA LA COCCIÓN

Lleva a fuego medio una olla mediana, añade el agua, la leche, el sobre de CALDO CON VEGETALES MAGGI® DE LA HUERTA DESMENUZADO, la rama de cilantro y la cebolla.

## PASO 2 ADICIONA LAS ALMOJÁBANAS

Cocina por 10 minutos y adiciona uno a uno los huevos, cocina por 4 minutos más, y por último, agrega las almojábanas cortadas en trozos pequeños.

## PASO 3 SIRVE

Revuelve, deja un minuto más al fuego, retira y sirve caliente.





\*Imagen de referencia

## CAZUELA DE MARISCOS CON PATACONES



Porciones: 5



Total: 46 min



Desafiante

### Ingredientes

1 cucharada de aceite (14 g)

1/2 libra de huesos de pescado (250 g)

1 cebolla roja pelada y finamente picada (80 g)

1/4 de taza de vino blanco (125 ml)

2 tallos de apio cortado en trozos pequeños (80 g)

3 tallos de cebolla larga cortada en tiras (45 g)

2 dientes de ajo pelados y finamente picados (6 g)

1 hoja De Laurel (1 g)

1 rama de tomillo fresco (2 g)

1 cucharada de Perejil finamente picado (10 g)

4 tazas de agua 1000 ml

1 cucharada de mantequilla a temperatura ambiente (14 g)

1/4 libra de anillos de calamar (125 g)

1/4 libra de almejas (125 g)

1/4 libra de pulpo cortado en trozos pequeños (125 g)

1/4 libra de camarones crudos pelados y limpios (125 g)

1 sobre de **CREMA MARINERA MAGGI®** (70 g)

1 plátano verde frito/ 5 patacones (350 g)





# Instrucciones

## PASO 1 PREPARA LA BASE DE LA CAZUELA

En una olla de fondo alto calienta el aceite por 3 minutos; añade los huesos de pescado y la cebolla cabezona roja, con una cuchara revuelve constantemente hasta que los huesos y la cebolla estén ligeramente dorados.

## PASO 2 INCORPORA EL VINO

Incorpora el vino y cocina por 30 segundos o hasta que se evapore el alcohol.

## PASO 3 AGREGA LOS VEGETALES

Agrega a la olla el apio, la cebolla larga, el ajo, la hoja de laurel, el tomillo, el perejil y el agua.

## PASO 4 TERMINA LA COCCIÓN Y CUELA

Cocina por 15 minutos, retira del fuego y cuela.

## PASO 5 PREPARA LA BASE MAGGI®

Aparte en una sartén derrite la mantequilla, añade los mariscos, cocina por 1 minuto y agrega el sobre de **CREMA MARINERA MAGGI®**, adiciona a la sartén la mitad del caldo cocinado anteriormente; y con un tenedor o batidor de mano mezcla hasta integrar bien.

## PASO 6 COCINA LOS MARISCOS

Pasa los mariscos de la sartén a la olla y cocina sin dejar de revolver hasta integrar y que los mariscos se cocinen bien (5 minutos aproximadamente).





## **PASO 7 SIRVE**

Sirve la cazuela en 5 tazas en porciones iguales y acompaña con los patacones.





\*Imagen de referencia

## AJIACO CREMOSO



Porciones: 4

Total: 75 min

Fácil

### Ingredientes

6 tazas de agua (1500 ml)

4 cucharadas de **CREMA DE LECHE NESTLÉ®** (60 g)

2 sobres de **CALDO DE GALLINA MAGGI® DESMENUZADO** (18 g)

1 atado de guascas (30 g)

1 pechuga de pollo sin piel (453 g)

2 mazorcas partidas a la mitad (300 g)

½ libra de papa criolla pelada y cortada en rodajas (250 g)

1 libra de papa pastusa pelada y cortada en rodajas (500 g)

½ libra papa sabanera pelada y cortada en rodajas (250 g)





# Instrucciones

## PASO 1 COCINA LA SOPA

En una olla añade el agua, los sobres **DE CALDO DE GALLINA MAGGI® DESMENUZADO**, la pechuga de pollo, la mazorca y cocina a fuego medio por 20 minutos o hasta que la pechuga este cocinada.

## PASO 2 DESMECHA LA PECHUGA

Retira la pechuga de la olla y déjala enfriar para desmecharla.

## PASO 3 AGREGA LAS PAPAS Y LAS GUASCAS

Agrega a la olla las papas, las guascas y sigue cocinando por 30 minutos o hasta que la papa se deslíe un poco y la sopa espese.

## PASO 4. INTEGRA EL POLLO Y SIRVE

Agrega el pollo desmechado a la olla, deja calentar por un minuto más. Sirve en 4 platos en porciones iguales.

## PASO 5. DECORA TU AJIACO

Pon encima de cada ajiaco una cucharada de **CREMA DE LECHE NESTLÉ®** y alcapparras a tu gusto. Acompaña con una porción de aguacate.



Este mes celebremos

**TODOS LOS**

