

AHORRA TIEMPO Y COCINA DELICIOSO

Recetas para EL TRABAJO



RECETAS PARA EL TRABAJO



PITA de pollo AL CURRY



Porciones: 4



Total: 51 min



Fácil

Ingredientes

- 1 sobre de CALDO DE GALLINA MAGGI® (9 g)
- 8 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (120 g)
- 3 tazas de agua (750 ml)
- 1 pechuga de pollo sin piel pequeña (453 g)
- 1 cucharada de aceite (14 g)
- 1/2 cebolla cabezona roja, finamente picada (40 g)
- 1 cucharadita de curry en polvo (2 g)
- Zumo de 1/2 limón (24 ml)
- 2 cucharadas de pulpa de mango (20 g)
- 1 cucharada de cilantro, finamente picado (10 g)
- 4 panes pita (280 g)

¡A Cocinar!

1. ALISTA UNA OLLA

En una olla mediana añade las tazas de agua, el CALDO DE GALLINA MAGGI® DESMENUZADO y la pechuga de pollo.

2. COCINA

Lleva la olla a fuego medio y cocina por 20 minutos o hasta que la pechuga esté bien cocinada.

3. DEJA ENFRIAR

Cuando este bien cocinada retira la pechuga de pollo de la olla, ponla en un tazón y deja enfriar para desmechar.

4. PREPARA EL RELLENO

Aparte en una sartén, calienta a fuego medio el aceite por 3 minutos, sofríe la cebolla por 2 minutos o hasta que esté un poco transparente, añade el curry y con una cuchara revuelve constantemente durante 2 minutos. Adiciona el zumo de limón, la CREMA DE LECHE NESTLÉ® y la pulpa de mango.

5. MEZCLA

Añade la pechuga de pollo desmechada y el cilantro, mezcla hasta integrar bien.

6. RELLENA

Por último, abre los panes pita a la mitad y rellena con la mezcla de pollo en partes iguales.

7. TIP

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

¡ Sigue disfrutando

LOS MEJORES SABORES

QUE TENEMOS PARA TI !

RECETASNESTLE.COM.CO



PASTA con carne DESMECHADA



Porciones: 4



Total: 59 min



Fácil

Ingredientes

- 1 sobre de BASE PARA CARNE DESMECHADA MAGGI® (50 g)
- ½ libra de espagueti (250 g)
- 4 1/4 litros de agua (4250 ml)
- 1 libra de carne para desmechar (500 g)

¡A Cocinar!

1. COCINA LA PASTA

En una olla de fondo alto agrega 2 litros de agua y lleva a fuego alto hasta que el agua hierva, agrega la pasta y deja cocinar por 9 minutos, pasado el tiempo de cocción retira del fuego, escurre el agua en un colador y reserva.

2. COCINA LA CARNE

En una olla de presión pon la carne en litro y medio de agua, lleva a fuego medio y deja por 40 minutos aproximadamente o hasta que la carne esté blanda. Pasado el tiempo de cocción retira la carne, deja enfriar y desmecha.

3. PREPARA LA BASE MAGGI®

En la misma olla donde preparaste la pasta disuelve la BASE PARA CARNE DESMECHADA MAGGI® en 750 ml de agua, mezcla hasta integrar bien, agrega la carne desmechada y deja por 7 minutos hasta que la carne se integre bien.

4. SIRVE LA PASTA

Sirve una porción de pasta y encima la carne desmechada.



MAGGI

Arroz ATOLLADO



Porciones: 4



Total: 50 min



Intermedio

Ingredientes

- 1 sobre de CALDO CON COSTILLA MAGGI® (9 g)
- 2 cucharadas aceite de canola (28 g)
- 1/4 de libra de carne de cerdo cortada en cubos (125 g)
- 1/4 de libra de carne de res cortada en cubos medianos (125 g)
- 1/4 de libra de pechuga de pollo sin piel y sin hueso cortada en cubos medianos (125 g)
- 1 chorizo mediano cortado en rodajas (60 g)
- 2 tallos de cebolla larga (la parte verde) finamente picada (30 g)
- ½ pimentón rojo sin semillas, finamente picado (37 g)
- 2 tomates bien rojos sin piel y sin semillas, finamente picados (246 g)
- 2 ½ tazas de agua (625 ml)
- 1 ½ tazas de arroz (300 g)
- 2 papas pastusas con cáscara, cortadas en cubos (250 g)

¡A Cocinar!

1. SOFRÍE LOS INGREDIENTES

En una olla de fondo alto calienta el aceite por 2 minutos, sofríe la carne de cerdo hasta que esté dorada, con una cuchara retira la carne de cerdo para sofríe la carne de res, así hasta terminar de sofríe todas las carnes incluyendo el chorizo. Retira las carnes y déjalas en un tazón hasta el momento de usar.

2. AÑADE EL SOBRE DE CALDO

En la misma olla sofríe la cebolla, el pimentón y el tomate; añade el sobre de CALDO CON COSTILLA MAGGI® DESMENUZADO, las carnes del tazón y el agua, cocinar hasta que el agua hierva, adiciona el arroz y con una cuchara mezcla bien todos los ingredientes.

3. PREPARA EL ARROZ

Cuando el líquido del arroz esté seco (aproximadamente a los 15 minutos) tapa la olla y baja el fuego al mínimo.

4. AGREGA LAS PAPAS

Al momento de bajar el fuego del arroz, añádele las papas cortadas en cubos medianos y déjalas cocinar con el arroz durante 15 minutos.

5. ¡SERVE EL ARROZ ATOLLADO!

Sirve el Arroz Atollado en 4 platos iguales y acompáñalo con una rica ensalada de aguacate.



ENSALADA CÉSAR

con jugoso al ajo

CEBOLLA Y PARMESANO



Porciones: 4



Total: 26 min



Fácil

Ingredientes

- ½ cucharadita de SAZONADOR NATURISIMO MAGGI® (6 g)
- 1 sobre de JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® AJO CEBOLLA (23 g)
- ¼ taza de jugo de limón (61 ml)
- ¼ taza de aceite de oliva (54 g)
- ½ cucharadita de pimienta (1 g)
- 1 pechuga de pollo sin piel y sin hueso cortada en 4 filetes (453 g)
- 1 lechuga lisa o verde crespa cortada en tiras (360 g)
- 1 taza de crutones (112 g)
- 4 cucharadas de queso parmesano (20 g)

¡A Cocinar!

1. PREPARA EL ADEREZO

En un tazón con ayuda de un batidor mezcla el jugo de limón, el aceite de oliva, el SAZONADOR NATURISIMO MAGGI® y la pimienta hasta integrar bien.

2. COCINA EL POLLO

Saca las 4 láminas que vienen dentro del sobre de JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® AJO CEBOLLA, 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.

3. AGREGA EL RESTO DE LOS INGREDIENTES

Pasado el tiempo establecido, retira las láminas con el pollo del fuego, corta el pollo en láminas delgadas y mezcla con la lechuga, los crutones, espolvorea con queso parmesano y baña con el aderezo.



CHEESECAKE de mora

SIN HORNO



Porciones: 6



Total: 172 min



Intermedio

Ingredientes

- 1/4 de taco de GALLETAS SALTINAS DORÉ® (58 g)
- 4 cucharadas de LECHE CONDENSADA LA LECHERA® (60 g)
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® Light (60 g)
- 2 cucharadas de mantequilla derretida (28 g)
- 2 sobres de gelatina sin sabor (14 g)
- 2 cucharadas de agua fría
- 4 cucharadas de queso crema (58 g)
- 1 vaso de yogurt griego sin azúcar (120 g)
- Zumo de 1 limón (48 g)
- 1/4 libra de mora fresca (125 g)
- 1 cucharada de azúcar (16 g)

¡A Cocinar!

1. PARA PREPARAR LA BASE DEL CHEESECAKE

Mezcla en un tazón las GALLETAS SALTINAS DORÉ® trituradas y la mantequilla derretida hasta integrar bien.

2. PREPARA LA BASE DEL MOLDE

Pon la mezcla en el fondo de un molde mediano que sea desmoldable, haz presión con las manos para que quede bien compacto y parejo; lleva al congelador mientras haces el relleno.

3. DISUELVE LA GELATINA

Disuelve los dos sobres de gelatina sin sabor en 2 tazones separados. Añade 1 cucharada de agua por tazón y mezcla muy bien para evitar que se formen grumos. Deja reposar.

4. MEZCLA LOS INGREDIENTES

Aparte en otro tazón, con ayuda de un batidor de mano mezcla: el queso crema, el yogurt, una cucharada de CREMA DE LECHE NESTLÉ® Light, el zumo de 1/2 limón y la LECHE CONDENSADA LA LECHERA®.

5. INTEGRA LA MEZCLA

Aparte, en una sartén pequeña, calienta las dos cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® Light restantes y añade el contenido de uno de los tazones de gelatina sin sabor reservada, mezcla bien para integrar; retira del fuego y adiciona a la mezcla de queso crema y yogurt. Divide la mezcla en 2 tazones en partes iguales y deja reposar.

6. HAZ LA SALSA DE MORA

Luego, en una olla a fuego medio pon las moras, el zumo del limón restante y el azúcar, deja cocinar por 20 minutos o hasta que tenga aspecto de salsa espesa, adiciona el contenido del otro tazón de gelatina sin sabor reservada y revuelve para que se disuelva bien.

7. AGREGA LA SALSA

Pon la mitad de la salsa de mora a uno de los tazones reservados de la mezcla cremosa.

8. VERTE EL RELLENO SOBRE LA BASE DE GALLETAS

Retira el molde de galleta del congelador y pon la mezcla con la mermelada de mora encima, con la ayuda de una cuchara esparce bien, pon la mezcla que no tiene mermelada de mora en la mitad y por último, la salsa de mora restante en el centro.

9. REFRIGERA EL CHEESECAKE

Lleva al refrigerador por 4 horas o de un día para otro preferiblemente.