Flan de pescado y coctel Mulata. Además, pasta de berenjena, cestos de plátano, churros de yuca, siguiendo las sugerencias de madres les traigo estas recetas que bien se pueden hacer para meriendas y para el hogar.

Flan de pescado

Phoca PDF

Ingredientes (12 servicios):

Dos cucharadas gelatina sin sabor, ½ taza de agua fría, 1 lata de sopa de espárragos, 1 queso crema Hacienda de 6 ozs., 1 cucharada de jugo de limón, 1 taza de mayonesa Doña Delicias, 1 cebolla molida, 1 ají molido, 1 lata de bonito Comodoro.

Preparación:

Remoje la gelatina en el agua, caliente la sopa (sin diluir) y

Phoca PDF

disuelva en ella la gelatina. Añada los demás ingredientes, viértalo en un molde engrasado con aceite. Póngalo a enfriar y cuando esté duro, desmóldelo y sírvalo sobre hojas de lechuga. Adórnelo con pimientos morrones, petit pois y aceitunas.

Coctel Mulata

Ingredientes (un servicio):

Media onza de jugo de limón, ½ cucharadita de azúcar, 1 onza Bacardí Carta Blanca, 1 onza de Elíxir Bacardí.

Preparación:

Disuelva el azúcar en el jugo de limón, agregue la bebida y cúbralo con hielo picado, bátalo bien y sírvalo en copas de coctel.

Pasta de berenjena

Phoca PDF

Ingredientes (4 servicios):

Una berenjena, 4 cucharadas de mayonesa, 1 cebolla, 2 dientes de ajo, 1 ají, ½ cucharadita de jengibre, pimienta y sal a gusto.

Preparación:

Lave la berenjena y póngala a asar, cuando tenga la piel tostada, sáquela y déjela refrescar.

Limpie y pique bien fina la cebolla. Limpie, lave y pique bien fino el ají. Limpie y macere los ajos.

Cuando la berenjena esté fresca, quítele la cáscara tostada. No importa que le queden adheridos fragmentos de la cáscara quemada, pues le darán un sabor ahumado delicioso. Ponga la berenjena en una fuente y con el tenedor aplástela bien hasta que quede una pasta. Pásela para una batidora, agréguele la mayonesa, la cebolla, el ajo, el ají, el jengibre, pimienta y sal. Bátalo y déjelo reposar en frío durante media hora. Tendrá una pasta que la puede emplear para acompañar galletas, tostadas de pan, cazabe, yuca frita, arañas o cestos de

Phoca PDF

plátano.

> **Nota:** Si no dispone de mayonesa, puede hacerla y agregarle 1 o 2 cucharadas de aceite.

Cestos de plátanos

Ingredientes (4 servicios):

Cuatro planos verdes o pintones, aceite el necesario, pimienta y sal.

Preparación:

Limpie, pele y ralle por el lado grueso que quede en tiras el plátano sobre una fuente, pimienta y sal a gusto. Mézclelo bien y puntéelo. Tome un taza de tal forma que pueda utilizar para hacer un cesto, o bien es un exprimidor de limones y tome porciones y moldéelas, luego colóquelas en otra fuente llana.

Mientras, ponga una cacerola a la candela con suficiente aceite. Una

Phoca PDF

vez hechos los cestos y el aceite esté caliente ponga a freírlos con cuidado hasta que se doren, sáquelos y vuélvalos a colocar en la fuente. Rellénelos con la pasta. O cualquier otro relleno, un poco de picadillo que le quedó, puede utilizar vegetales salteados, lo que disponga.

Muy frecuentemente yo lo que hago es tomar porciones del plátano, hago una torta aplastada y la pongo a freír hasta que esté dorada y la acompaño con la pasta de berenjena, u otra salsa, cátchup, mayonesa, de lo que tenga.

> **Nota:** Lo pone en un recipiente plástico y lo puede utilizar además como una merienda para la escuela, lo que si debe estar ya frasco para guardar.

Churros de yuca

Ingredientes (4 servicios):

Phoca PDF

Ocho trozos de yuca, 2 dientes de ajo, aceite, pimienta y sal.

Preparación:

Limpie, lave, haga una cruz a cada lado. Limpie y ralle los ajos.

Ponga una cacerola a la candela con agua y la yuca, déjela cocinar hasta que comience a abrir, agréguele la sal y agua fría (asústela, como dirían las abuelas) y déjela unos minutos más hasta que abra bien. Sáquelas y póngalas en una fuente, sáquele el palo del centro y haga un puré. Añádale el ajo, mézclelo todo, puntéelo de sal.

Mientras ponga a la candela una cacerola con aceite. Tome un pomo plástico, córtele el fondo, rellene con el puré de yuca y cuando el aceite esté caliente, vaya exprimiendo el pomo con el objetivo que le salga algo parecido a un churo sobre el aceite caliente, píquelo a tamaño deseado y déjelo hasta que esté doradito. Sáquelo y déjelo refrescar. Lo puede polvorear con jengibre o pimienta.

Al igual que la otra receta anterior, déjelo que se refresque para guardar y en recipiente plástico lo puede poner para la merienda de la escuela.

Cubadebate.

Phoca PDF