



san fernando
La buena familia



MAMÁ
SIEMPRE LISTA
RECETARIO



Guiso de Vainitas con Súper Rica de pollo

ALMUERZO - 40 min - 4 porciones



Ingredientes:

1 cebolla picada
2 dientes de ajo
½ pimiento
2 tomates
hojas de 2 ramas de albahaca
500 gr vainita picada en diagonal,
cortes delgados
04 Super Rica de Pollo
Sal, pimienta y orégano al gusto

Preparación:

1. Licua el tomate, el pimiento, los ajos y las hojas de albahaca. Cuela y deja reposar.
2. En una cacerola sofreír la cebolla en un chorro de aceite, suma la pimienta y el comino. Una vez que dore, agrega el preparado anterior y deja cocinar a temperatura media por aproximadamente 15 minutos hasta que espese un poco.
3. Luego agrega la vainita picada, cocinar a fuego medio bajo con la cacerola tapada entre 3 a 5 minutos, hasta que cueza la vainita.
4. Agregar sal al gusto y un poco de orégano deshidratado o fresco.
5. Mientras tanto, en una sartén con aceite caliente, preparamos las Super Rica de Pollo San Fernando, dorarlas 3 o 4 minutos por ambos lados.
6. Sirve y deleita tu paladar



COMPRA TUS PRODUCTOS EN:
 sanfernando.pe

Guiso de Lentejas con Chorizo y Casera de Pollo

ALMUERZO O CENA - 1 hora - 4 porciones

Ingredientes:

- 1 taza de lentejas
- 2 Chorizos Cocidos SAN FERNANDO
- 4 Caseras de Pollo SAN FERNANDO
- 1 cebolla mediana, picada
- 1 dientes de ajo, picados en trozos pequeños
- 4 tazas de caldo de pollo o agua
- Un poco de aceite vegetal
- Sal , limón y pimienta al gusto
- 1 taza de lechuga cortada
- 1 tomate cortado

Preparación:

1. Enjuaga las lentejas bajo agua fría y escurre.
2. Calienta el aceite vegetal en una olla grande a fuego medio. Agrega la cebolla y el ajo, y sofríe hasta que estén dorados.
3. Añade los Chorizos Cocidos SAN FERNANDO cortados en rodajas a la olla y cocina hasta que estén ligeramente dorados.
4. Incorpora las lentejas y el caldo de pollo (o agua) a la olla. Lleva a ebullición, luego reduce el fuego y deja cocinar a fuego lento durante aproximadamente 30-40 minutos o hasta que las lentejas estén tiernas.
5. Condimenta con sal y pimienta al gusto.
6. Añade en un plato las lentejas junto con la ensalada de lechuga, tomate con limón y sal al gusto.
7. Añade encima la Casera de Pollo SAN FERNANDO
8. Listo para servir y disfrutar.



COMPRA TUS PRODUCTOS EN:
 sanfernando.pe



Guiso de Frijoles con Super Rica de Res y ensalada

ALMUERZO - 45 minutos - 4 porciones



Ingredientes:

- 2 tazas de frijoles
- 4 Super Rica de Res SAN FERNANDO
- 4 rebanadas de tocino ahumado SAN FERNANDO, picado
- 1 cebolla mediana, picada
- 2 dientes de ajo, picados
- 4 tazas de caldo de pollo (o de agua)
- 1 taza de lechuga cortada
- 1 tomate cortado
- Sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. En una olla grande, cocina el Tocino Ahumado San Fernando hasta que esté crujiente. Retira el exceso de grasa, dejando aproximadamente una cucharada en la olla (para el siguiente paso).
2. Agrega la cebolla y el ajo picados al tocino, cocinar hasta que estén dorados.
3. Añade los frijoles y el caldo de pollo o agua a la olla. Lleva a ebullición, luego reduce el fuego y deja cocinar a fuego lento durante aproximadamente 30 min hasta que los frijoles estén suaves.
4. Condimenta con sal y pimienta al gusto.
5. En una sartén con aceite caliente, dorar por 3 o 4 minutos la Super Rica de Res SAN FERNANDO.
6. Añade la ensalada al gusto.
7. Servir junto con la ensalada al gusto y es momento de disfrutar.



COMPRA TUS PRODUCTOS EN:

 sanfernando.pe

AjÍ de trigo y queso con Nuggets de Pollo

CENA o ALMUERZO - 25 min - 4 porciones

Ingredientes:

- 1 taza de trigo cocido
- 1 taza de queso fresco (huancaíno de preferencia) , cortado en cubos
- 1 cebolla grande, picada
- 2 tomates grandes, picados
- 2 cucharadas de aceite vegetal
- Sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. En una sartén grande, calienta el aceite vegetal a fuego medio.
2. Agrega la cebolla picada y cocina hasta que esté dorada.
3. Añade los tomates picados a la sartén y cocina hasta que los tomates se hayan deshecho.
4. Agrega el trigo cocido a la sartén y mezcla bien con los vegetales.
5. Incorpora los cubos de queso fresco y mezcla suavemente para que se derrita ligeramente.
6. Condimenta con sal y pimienta al gusto.
7. Cocina por unos minutos más para que los sabores se mezclen.
8. Añadir al gusto los Nuggets de Pollo SAN FERNANDO.
9. Sirve caliente como guarnición o plato principal.



COMPRA TUS PRODUCTOS EN:
 sanfernando.pe





Ajiaco de Choclo con Super Rica de Pollo

CENA o ALMUERZO - 25 min- 4 porciones



Ingredientes:

- 2 unidades de maíz desgranados
- 4 Super Rica de Pollo
SAN FERNANDO
- 1 cebolla grande, picada
- 2 dientes de ajo, picados
- 4 tazas de caldo de pollo (o de agua)
- Sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. En una olla grande, calienta un poco de aceite a fuego medio.
2. Agrega la cebolla y el ajo picados, cocinar hasta que estén dorados.
3. Agrega el caldo de pollo a la olla y lleva a ebullición.
4. Licuar aparte los granos de maíz y luego cocinarlos a fuego lento junto con el aderezo hasta que estén cocidos.
5. Condimenta con sal y pimienta al gusto.
6. Mientras tanto hacemos rapidito las Super Rica de Pollo San Fernando. Colócalas en una sartén con aceite caliente, dorar 3 o 4 minutos por ambos lados.
7. Sirve caliente y provecho.



COMPRA TUS PRODUCTOS EN:
 sanfernando.pe

Pancitos con Paté, tomate y hojas verdes

DESAYUNO o CENA - 25 min- 4 porciones

Ingredientes:

- 8 tajadas de Pan Bimbo
- 1 Paté
- 1 Tomate grande o 2 medianos
queso crema o queso fresco
- Hojas verdes de lechuga,
espinaca y/o arugula

Preparación:

1. Lava el tomate y las hojas verdes.
2. Corta el tomate en rodajas.
3. Usa el pan tostado o sin to
4. Unta el Paté San Fernando en las rebanadas de pan,
agrega un poco de queso.
5. Coloca el tomate y las hojas verdes, cubre con una
rebanada más de pan y listo.

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:
 sanfernando.pe





Rollitos con Salchicha de Pollo y pan Bimbo

DESAYUNO o CENA – 25 min- 4 porciones



Ingredientes:

8 rebanada de pan Bimbo
4 Salchichas de Pollo San Fernando
2 huevos
1 chorrito de leche
queso parmesano al gusto
Sal, pimienta y orégano al gusto

Preparación:

1. Con la ayuda de un rodillo estira el pan y reservamos. Puedes cortar los bordes del pan si los deseas más pequeños.
2. Por otro lado bate con un tenedor los huevos, el chorrito de leche y los condimentos .
3. Corta las Salchichas de Pollo San Fernando en dos y pon 1 en cada pan.
4. Enrollar el pan y con la ayuda de un tenedor cerramos los extremos.
5. Pasa los rollitos por la mezcla del huevo.
6. Calienta nuestra sartén con un chorrito de aceite.
7. Coloca los rollitos armados, te ayudará a que no se desarmen si atraviesas el rollito con un palito mondadiente
8. Deja dorar, rotar por los lados y espolvorea el queso al estar calientito, eso será todo.



COMPRA TUS PRODUCTOS EN:
 sanfernando.pe

MAMÁ
SIEMPRE LISTA



san fernando

La buena familia