

RECETARIO

PAATAIBLO



san fernando

La buena familia

DESAYUNO // 60 MIN // 4 PORCIONES



PAN CON LOMO DE CERDO ACARAMELADO

PAN CON LOMO DE CERDO ACARAMELADO



I N G R E D I E N T E S

- 500 gr de Lomo fino de cerdo SAN FERNANDO
- 1 taza de zumo de naranja • 80 gr de azúcar •
- 2 cdas de vinagre blanco • 2 ramas de tomillo •
- Aceite • Sal y pimienta al gusto • Panes francés

PREPARACIÓN

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:  sanfernando.pe

- 1** Inicia cocinando y mezclando bien en una olla, a fuego bajo, el zumo, el vinagre y el azúcar, hasta que el azúcar se disuelva. Durante 10 minutos.
- 2** Añade las ramas de tomillo, baja el fuego y cuando la mezcla tenga una consistencia espesa, retira las ramas de tomillo. Reserva la salsa dulce.
- 3** Precalienta el horno a 180 grados. Salpimenta el lomo y lo llevas a un sartén caliente con un poco de aceite, cuando esté dorado, retira del fuego.
- 4** Coloca el Lomo de cerdo San Fernando en un recipiente apto para el horno y con ayuda de una brocha, unta por todos los lados la salsa dulce.
- 5** Alistamos nuestros panes, rellenamos y servimos esta delicia de aromas provocadores.
- 6** Una vez listo retirar del horno, corta en rodajas y vierte lo que queda de la salsa.
- 7** Mientras hornea, queremos que quede jugoso y sabroso, para eso retira del horno con cautela y baña el cerdo con la salsa dulce, vuelve al horno. Repite al menos unas 3 veces, durante los 45 minutos que estará horneándose.

DESAYUNO // 15 MIN // 4 PORCIONES



EVITAR SU CONSUMO EXCESIVO



EVITAR SU CONSUMO EXCESIVO



PAN CON SALCHICHA HUACHANA

PAN CON SALCHICHA HUACHANA



I N G R E D I E N T E S

- 2 unidades de Salchicha Huachana San Fernando
- 3 huevos • Sal y pimienta al gusto • Pan francés

PREPA RACIÓN

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:  [sanfernando.pe](https://www.sanfernando.pe)

- 1** En una sartén caliente coloca las Salchichas Huachanas San Fernando.
- 2** Con una cuchara de palo desmenuza cada una mientras van dorando.
- 3** Por otro lado bate los huevos y échalos sobre la salchicha caliente, sin dejar de remover por unos minutos hasta que estén listos.
- 4** Sirve tibio con pan francés. Puedes acompañar con cebollita china

DESAYUNO // 60 MIN // 4 PORCIONES



PAN CON CHICHARRÓN

PAN CON CHICHARRON



I N G R E D I E N T E S

- 1.5 kilos de Panceta de cerdo sin piel y sin hueso San Fernando

Para macerar el chancho (salmuera):

100 gr de sal • 1 litro de agua

- Para el aderezo:** • 1 cucharada de ajo en pasta • 1 rama de hierbabuena • Sal, pimienta y comino al gusto • Aceite vegetal • Pan francés • Camote frito • Zarza criolla

PREPARACIÓN

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:  [sanfernando.pe](https://www.sanfernando.pe)

- 1** Hidratamos la Panceta de cerdo San Fernando en una mezcla de agua y sal dentro de un recipiente que permita estar sumergida, en caso necesites más agua recuerda que por cada litro de agua hay que agregar 100 gramos de sal.
- 2** Lo dejamos en la salmuera por lo menos 12 horas.
- 3** Pasado este tiempo retira el cerdo y córtalo en trozos.
- 4** En una olla con agua agrega sal, pimienta, comino, una cucharada de ajo en pasta y una rama de hierbabuena, en esa mezcla deja reposar los trozos del cerdo por unos 40 a 50 minutos, en refrigeración.
- 5** Calienta una sartén u olla grande con un poco de aceite y agrega los trozos de carne aderezada.
- 6** Una vez frito retiramos y dejamos escurrir el exceso de aceite.
- 7** Ya puedes cortar el cerdo en lonjas y servirlo dentro del pan acompañado de camote y la zarza criolla a gusto.

ALMUERZO // 60 MIN // 4 PORCIONES



TACU TACU CON FREJONES + LOMO DE CERDO

TACU TACU CON FREJOLES + LOMO DE CERDO



I N G R E D I E N T E S

- 250 gramos de Lomo de Cerdo San Fernando
- 500 gramos de frejol canario cocido • 1/2 taza de agua o el jugo del frejol • 500 gramos de arroz graneado • 1 cebolla roja pequeña • 1 chorro de aceite de oliva • 1 cucharada de pasta de ají amarillo • 1 cucharadita de ajo molido • Orégano seco • Hojas de perejil • Sal, pimienta y comino al gusto • Zarza criolla

PREPA RACIÓN

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:  [sanfernando.pe](https://www.sanfernando.pe)

- 1** Pica la cebolla en cuadraditos pequeños, dorarla a fuego medio con un chorrito de aceite.
- 2** Añade un poco de sal, la pasta de ají amarillo y el ajo molido.
- 3** Una vez listo incorpora el frejol cocido y el agua, revuelve y deja cocer a fuego bajo-medio por unos 15 minutos para que tenga buen sabor.
- 4** Pasado ese tiempo aplastamos parte de los frejoles con un machacador de papas, otra opción es licuar una parte.
- 5** Por otro lado, corta en trozos pequeños el lomo de cerdo, sazona con sal, pimienta y orégano, lo salteamos hasta sellarlos.
- 6** Ahora agregamos el cerdo y el arroz a los frejoles y mezclamos todo bien en un recipiente.
- 7** Calienta una sartén con un chorrito de aceite de oliva, coge un poco de la masa anterior, forma una “torreja” grande y dórala por ambos lados para luego darle la forma con el extremo de la sartén al saltear la masa.
- 8** Al servir se decora con perejil picado y la infaltable zarza criolla.

ALMUERZO // 60 MIN // 6 PORCIONES



CARAPULCRA CON CERDO

CARAPULCRA CON CERDO



I N G R E D I E N T E S

- 800 gramos de papa seca deshidratada (tostada, enjuagada y remojada)
- 3 clavos de olor y rama de canela
- 1 Bife de Lomo Cerdo San Fernando cortada en trozos
- 1 Pechuga de pollo San Fernando deshuesada y troceada
- 2 cebollas picadas
- 1 cdta de ajo picado
- 2 cdas de ají amarillo
- 4 cdas de ají panca
- ¼ cdta de comino
- ¼ taza de pisco
- 2 ramas de culantro
- 5 rosquitas de manteca o galletas de agua molidas
- 1 cda de chocolate tipo cobertura, rallada
- 150 gramos de maní picado o molido
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:  [sanfernando.pe](https://www.sanfernando.pe)

- 1** Luego de haber tostado la papa seca, sin aceite, por 3 a 5 minutos, se lava y deja en remojo idealmente desde la noche anterior o al menos unas horas. Esto acelerará la cocción de la papa seca.
- 2** La dejamos que hierva en su misma agua con el clavo y la canela.
- 3** Remover cada 5 minutos. Rellenar con agua o caldo de huesos porque absorbe bastante líquido, mientras tanto preparamos la carne y el aderezo.
- 4** Aparte, sazonar con sal y pimienta para sellar el Bife de Lomo de cerdo San Fernando y luego la pechuga de pollo San Fernando.
- 5** Conforme se sellen, retirar los trozos de carne del fuego y reservar. Aprovecharemos la grasita que soltó para preparar el aderezo de la carapulcra.
- 6** Introducimos en la sartén a fuego medio-bajo las cebollas, el ajo, el ají amarillo, el ají panca, el comino, la sal y la pimienta. Cocinar bien y revolver constantemente por al menos por 10 minutos.
- 7** Verter un chorro de agua caliente o idealmente caldo de pollo o cerdo para evitar que se seque o queme el aderezo.
- 8** Cuando esté bien cocido el aderezo, agregar la papa seca preparada anteriormente, retirar el clavo y la canela. Acompañar la cocción con las carnes selladas.
- 9** Luego agrega el pisco, el chocolate, el culantro y cocinar por 20 minutos más. Revolver constantemente. Evita que se queme, la papa debe estar suave, si requiere más líquido, agregarle mientras hierve.
- 10** Sumar el maní, las rosquitas molidas, cocinar 5 minutos más.
- 11** Rectifica el sabor de la sal y servir junto con arroz graneado.

ALMUERZO // 120 MIN // 4 PORCIONES



ARROZ CON POLLO Y HUANCAINA



ARROZ CON POLLO Y HUANCAINA



I N G R E D I E N T E S

- 4 piernas de pollo San Fernando
- 3 tazas de arroz lavado
- 1 cebolla en cuadraditos
- 1/2 pimiento picado en cuadraditos o en tiras
- 1 zanahoria picada en cuadraditos
- 1/2 taza de arvejas peladas
- 1 choclo desgranado
- 3 tazas de caldo de pollo
- 1/2 taza de cerveza negra
- 3/4 de taza de culantro licuado
- 4 cucharadas de ají amarillo molido
- 1 cucharada de ajo molido
- Sal, pimienta y comino
- Aceite vegetal
- salsa huancaína

PREPARACIÓN

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:  sanfernando.pe

- 1 Salpimentamos las presas de pollo y en una olla grande con un chorrito de aceite, las sellamos por ambos lados. Reservamos.
- 2 Retirar el exceso de aceite y en la misma olla sofreír la cebolla, luego el ajo.
- 3 Incorpora el ají amarillo y revolver un par de minutos.
- 4 Licuamos y vertemos el culantro, cocinar sin dejar de revolver, por 5 minutos. Condimentar con pimienta y comino.
- 5 Colocar las presas de pollo y mezclar bien con el sofrito de culantro. Agregar la cerveza negra y sazonamos al gusto.
- 6 Esperar a que el alcohol se evapore e incorporar el caldo de pollo.
- 7 Deja cocinar 30 minutos a fuego medio-bajo con la olla tapada.
- 8 Luego retira las presas de pollo y añade el arroz lavado junto con las verduras.
- 9 Rectifica la sal y deja que cocine el arroz, mueve los ingredientes unas pocas veces para evitar que el arroz se pegue al fondo de la olla.
- 10 Apaga el fuego, coloca nuevamente las presas de pollo y coloca la tapa para que se integren los sabores unos minutos antes de servir.
- 11 Sirve acompañado de salsa huancaína para disfrutar mejor este sabroso plato.

ALMUERZO // 120 MIN // 4 PORCIONES



ROCOTO RELLENO CON CARNE MOLIDA DE PAVITA

ROCOTO RELLENO CON CARNE MOLIDA DE PAVITA



I N G R E D I E N T E S

- 4 rocotos grandes • 400 gr de Carne Molida de Pavita San Fernando • 3 cdas de azúcar • Chorro de vinagre • 2 cebollas medianas picadas • 3 cdas de ajo molido • 1 cda de pasta de ají amarillo • 1 cda de pasta de ají panca • 100 gramos de maní molido tostado • 1 huevo duro • 50 gramos de pasas • 50 gramos de aceitunas • 1 cda de azúcar • Perejil picado • 4 láminas gruesas de queso serrano • 1 1/2 litro de agua • Sal y pimienta • Aceite

PREPARACIÓN

COMPRA TUS PRODUCTOS EN:  sanfernando.pe

- 1** Primero lava y limpia los rocotos, retira las semillas y corta la parte superior y reservar.
- 2** Luego hervirlos en abundante agua con un chorrito de vinagre, 3 cdas de azúcar y una pizca de sal hasta que estén suaves, con cuidado que no se deshagan. Para bajar el picor puedes cambiar el agua y seguir cocinando.
- 3** Por otro lado, en una sartén precalentada agrega un chorrito de aceite, una vez caliente agrega la cebolla picada, luego el ajo, revuelve y agrega el ají amarillo, el ají panca y los condimentos al gusto.
- 4** Mezcla bien, agrega la Carne molida de pavita San Fernando a la sartén caliente por unos 15 minutos o hasta que haya cocido, luego incorpora el maní molido y una cucharada de azúcar. Combina los ingredientes y déjalos cocer un par de minutos más.
- 5** Agrega el perejil picado, las pasas, aceitunas y el huevo duro picado, mezcla y apaga el fuego.
- 6** Ahora coloca los rocotos en una fuente apta para el horno y rellenamos con la carne con mucho cuidado para evitar romperlos.
- 7** Coloca una lámina de queso por encima y cubre con la tapa del rocoto.
- 8** Lleva al horno precalentado a 180 °C por 25 minutos.
- 9** Pasado el tiempo estará listo para retirar del horno y servir.

