

Recetas
para

EL DÍA DEL
NIÑO


san fernando
La buena familia



TORTILLAS DE BRÓCOLI Y CARNE DE POLLO MOLIDA



Necesitaremos

3 HUEVOS
SAN FERNANDO

1/2 CEBOLLA BLANCA
FINAMENTE PICADA

1/2 TZ DE COPOS
DE AVENA

ACEITE

1 1/2 TZ
DE BRÓCOLI

250 GR DE CARNE MOLIDA
DE POLLO SAN FERNANDO

SAL Y PIMIENTA
AL GUSTO

Decóralo con zanahoria rallada

- 1 Mezcla todos los ingredientes, menos la cebolla, en una procesadora o con un tenedor (en ese caso recomendamos rallar o picar el brócoli antes).
- 2 Agregamos la cebolla, condimentamos al gusto e integramos bien.
- 3 Ahora formamos bolitas con nuestras manos y las aplastamos para darle la forma de tortilla. Si percibes que falta más avena, le puedes agregar un poco más. Recuerda que tarda algunos minutos en hidratarse.
- 4 Calentamos una sartén con un chorrito de aceite y doramos por ambos lados.



Al crear cada bolita forma figuras geométricas como cuadrados, triángulos y deditos. Si se deforman al freír, se recortan los bordes al servir. Con estas formas se crea una casita en cada plato. En la parte superior, poner la zanahoria asemejándose a los rayos del sol. Puede ir un brócoli a modo de arbolito al lado.



POLLO RELLENO CON ESPINACA Y QUESO

Necesitaremos

2 FILETES DE POLLO SAN FERNANDO

2 CDAS DE QUESO CREMA

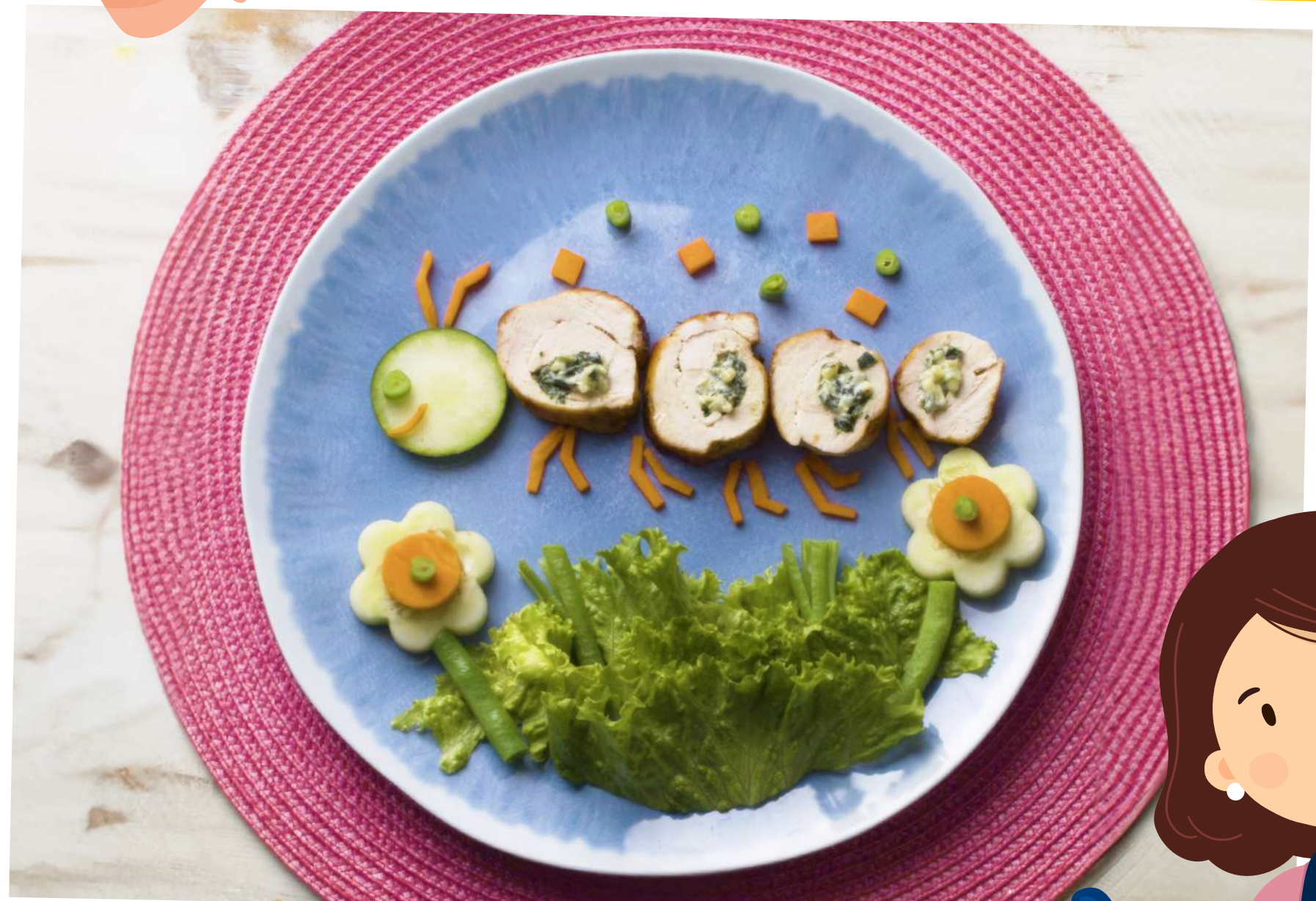
3 CDAS DE QUESO MOZZARELLA RALLADO

ACEITE

3 TAZAS DE ESPINACA

1 YEMA DE HUEVO SAN FERNANDO

SAL, PIMIENTA Y COMINO AL GUSTO



- 1 Cortamos las pechugas de modo que podamos usarla para envolver su relleno, similar a como la cortaremos para milanesa.
- 2 Salpimentamos las pechugas y reservamos.
- 3 Aparte picamos la espinaca y en un sartén la salteamos hasta reducir.
- 4 La retiramos, escurrimos bien y mezclamos con el queso crema, la yema y el queso mozzarella. Condimentamos al gusto.
- 5 Ahora vamos a rellenar los filetes con esta mezcla y enrollarlos. Luego, los ajustamos con mondadientes para mantener la forma alargada.
- 6 Llevamos los enrollados a una sartén con un chorrito de aceite hasta dorar por todos los lados.
- 7 Servimos acompañado de ensalada y papitas doradas.

Hacerlas como muestra la referencia de imagen, alargadas, pero las cortaremos por la mitad con cuidado. Formar una boca de cocodrilo abierta, se puede usar tomatito o rodaja de pepino holandez para simular sus ojos. La ensalada forma parte de su cabeza.





MINI PIZZAS DE JAMÓN Y HOTDOG



Necesitaremos

PAN DE MOLDE O TORTILLAS

QUESO MOZZARELLA

SALCHICHA DE POLLO SAN FERNANDO

CORTADORES DE MOLDES INFANTILES

PASTA DE TOMATE

JAMÓN SANDWICH SAN FERNANDO

ORÉGANO EN POLVO

Opcionalmente } aceitunas verdes o negras }

- 1 Cortamos los bordes del pan y pasamos ligeramente un rodillo sobre él para estirarlo.
- 2 Damos la forma circular con los cortadores, colocamos un poco de salsa de tomate, queso mozzarella, salchicha y jamón picado.
- 3 Llevamos a una fuente apta para el horno y horneamos por 15 minutos a 140 grados.
- 4 Servimos y espolvoreamos un poco de orégano en polvo.

Si no tenemos moldes circulares, entonces le daremos forma de cuadrado con un cuchillo. Cada mini pizza puede tener uno, dos y hasta 6 salchichas acomodadas a modo de dados. Las aceitunas sirven también, sobre cada salchicha para lograr 2 colores una sobre la otra.



TORREJITA ESPECIAL DE POLLO DE COLORES



NeceSitaremos

SAL, PIMIENTA
Y COMINO
AL GUSTO

ZANAHORIA
RALLADA

1/2 TZ DE
HOJUELAS
DE QUINUA

2 HUEVOS

500 GR DE CARNE
MOLIDA DE POLLO
SAN FERNANDO

ACEITE

Para los colores } cúrcuma + zanahoria rayada, betarraga, culantro o perejil

- 1 Mezclamos todos los ingredientes en una procesadora o con un tenedor. Condimentamos al gusto.
- 2 Formamos bolitas con nuestras manos, aplastamos un poco y las ponemos a dorar en una sartén precalentada con un chorrito de aceite.
- 3 Una vez listas servimos con ensalada y ¡de colores!

LO DIVERTIDO ACÁ SERÁ DARLES COLOR DISTINTO CADA 1 O 2 TORREJITAS.

A una le ponemos cúrcuma, será amarillenta y toques naranjas de la zanahoria rallada.

A otra el jugo de la betarraga, será color rojo, podemos ponerle trocitos de tomate o pimientos.

Una tercera puede ser color verde, el color se lo dará el culantro o el perejil.

MINI SANGUCHITOS CASEROS

MINI HAMBUR- GUESITA DE POLLO



Necesitaremos

3 CUCHARADAS
DE POLLO MOLIDO
SAN FERNANDO

1 HOJA DE
LECHUGA
O ESPINACA

1 CDA DE
PAN MOLIDO
O AVENA
O FÉCULA DE MAÍZ

PUÑADO DE
HOJITAS DE PEREJIL
Y LAS ESPECIAS
DESEADAS

1 RODAJA
DE TOMATE

CHORRITO
DE ½ LIMÓN

PIZCA DE SAL
Y PIMIENTA

½ CDTA DE
AJO MOLIDO

PAN DE MOLDE

ACEITE

➤ Opcional ➤ 1 Clara De Huevo ➤

- 1 Mezclar todos los ingredientes.
- 2 Formar la hamburguesa con las manos.
- 3 Freír con un poco de aceite en la sartén hasta dorar.
- 4 Servir con pan, tomate y hojas verdes.



MINI SANGUCHITOS CASEROS

SANGUCHITO DE POLLO



Necesitaremos

SAL AL GUSTO

½ CDTA DE MAYONESA

1 HOJA DE LECHUGA CRESPA

PAN DE MOLDE

1 HOJA DE LAUREL

1 PECANA PICADA

100 GR DE PECHUGA DE POLLO SAN FERNANDO

- 1 Hervir la pechuga de pollo con laurel, en agua por 20 minutos.
- 2 Trocear con 2 tenedores.
- 3 Combinar con la mayonesa y la pecana.
- 4 Colocar la mezcla dentro del pan junto con una lechuguita para darle color.



MINI SANGUCHITOS CASEROS

MINI TRIPLE

Necesitaremos

1 RODAJA DE
JAMÓN SÁNDWICH

PORCIÓN DE
PALTA EN RODAJA

CHORRITO DE
ACEITE DE OLIVA

1 RODAJA Y MEDIA
DE PAN DE MOLDE,
1 CORTADA
POR LA MITAD

1 RODAJA DE
QUESO EDAM

MEDIA CDA
DE MANTEQUILLA

TOCINO,
MEDIA RODAJA



1 Freír el tocino sin aceite y a fuego bajo. Reservar.

2 En una sartén, a fuego medio, derretir la mantequilla y un chorrito de aceite de oliva. Al estar calientes poner el pan, dorarlo por ambos lados, cambiará ligeramente su color.

3 Apagar el fuego y colocar el queso sobre la 1ra capa de pan, doblarlo o cortarlo en 2 y juntarlo con el tocino.

4 Luego, cubre con una rodaja de pan y sigue una capa de jamón doblado o cortado en 2.

5 Coloca la palta de al menos medio centímetro y cubre con la última capa de pan.

Al servir los 3 panes juntos decorar con perejil picado y espolvorear ajonjolí tostado blanco y ajonjolí negro en el plato para dar aspecto de movimiento y alegría.

