



MINED
Un Ministerio en la Comunidad



*Recopilación
Comidas en tiempo de
Cuaresma y Semana Santa*

Comidas, Bebidas y Dulces

2021
**ESPERANZAS
VICTORIOSAS!**
Estudiar, Aprender, Prosperar



INTRODUCCIÓN

La Cartilla “Comidas en Tiempo de Cuaresma y Semana Santa” representa una compilación realizada por estudiantes y docentes, como parte de sus aprendizajes sobre cultura y tradiciones, que encierran la energía de nuestra identidad nacional y amor a Nicaragua.

El Ministerio de Educación, promueve una formación Integral que incluye el conocimiento de la gastronomía de nuestros pueblos; aquellas que se han trasladado de generación en generación, y que en esta oportunidad contiene una selección de comidas, bebidas y dulces nicaragüense de época de Cuaresma, todo un tesoro de sabores, olores y texturas, que desde esta intención educativa nos hace sentir cada vez más orgullosos de ser nicaragüense.

Comidas



Comidas, Bebidas y Dulces

Guapote a la Puerto Díaz

Ingredientes:

- 1 pescado guapote
- 1 cebolla cortada en rodajas
- 2 tomates maduros
- Sal
- Pimienta
- 2 cucharadas de salsa de tomate
- 1 cucharada de salsa inglesa
- Un punto de azúcar



Preparación:

Se limpia el pescado, se le pone sal y pimienta al gusto en ambos lados, se deja marinando unos 10 minutos. Luego se pone una sartén a calentar con aceite (que cubra el pescado), dejar caer el pescado cuando el aceite esté bien caliente.

Para la salsa:

Poner un poco de aceite (puede ser el mismo que se usó para freír el pescado), cortar las cebollas en rodajas, el tomate, las dos salsas (de tomate e inglesa), un poco de azúcar, dejar por 2 minutos. Luego colocarla encima del pescado.

Servir acompañada de arroz blanco, ensalada, tajadas de plátano frito, tortillas o tostones.



El "Run-Down"

Ingredientes:

Yuca, quequisque, plátano verde, coco, malanga o dachín, fruta de Pan, banana verde, pescado. (Puede usarse como sustituto del pescado la carne salada de res, o la carne ahumada de cerdo. También puede utilizarse la carne de cerdo de monte "jabalí" o "warry" que se deja ahumar y secar por varios días dándole a este plato un succulento sabor)

Procedimiento:

Se extrae la crema o leche de coco, se pone a cocer en ella todos los elementos y una vez que están cocidos se agrega el pescado o el sustituto de carne de res o cerdo.



Vaho/Baho de pescado

Ingredientes:

6 libras de pescado (Macarela)

6 libras de yuca

6 plátanos maduros

2 plátanos verde

1/2 doc. de tomate rojo

6 naranjas agrias

½ cabeza de ajo

2 cebollas grandes

sal

hojas de plátano verde (chagüite)

Ramas de guayaba o jocote



Procedimiento:

Limpiar los pescados, escamar y retirar las agallas. Agregarle sal y el jugo de una naranja agria; untado en toda el pescado dejarlo marinar unas 3 horas.

Cortar en rodajas los tomate y cebolla en trozos no muy pequeños; 2 dientes de ajo martajado; revolver bien y dejar reposar durante una ½ hora.

Cortar y quitar las puntas de los maduros con cáscara; pelar los plátanos y la yuca;

En una olla grande (que tenga una capacidad de unos 20 litros de agua) colocar ramas de árbol de guayaba u otro material que permita aislar con agua



unos 4 centímetros la «cama» donde será depositada la comida (vaho); con las hojas de plátano soasadas previamente para que puedan doblarse con flexibilidad sin romperse armar la «cama» dentro de la olla; teniendo el cuidado de que no tenga hendiduras; si no, se arruina la comida al metersele el agua del «baño maría»

Una vez hecha la cama de hojas de plátano; colocar adentro alrededor de las paredes de la olla y dentro de la «cama» de hojas; primero los plátanos maduros con todo y su cáscara; después los plátanos verdes; después la yuca. Al centro de la «cama» de hojas colocar el pescado. Agregar la cebolla y tomate en la cresta del vaho.

Cerrar con hojas de plátano la «cama» que contiene el «vaho» Verter suavemente y con mucho cuidado agua en la olla por las paredes de la misma sin descomponer la «cama» que contiene el «vaho»;

Se tapa y se pone la olla a fuego lento un mínimo de 4 a 5 horas; debe asegurarse un mínimo de 4 centímetros de agua y que nunca seque por que si no quema el vaho (lo ahuma).

Puede supervisarse el vaho después de 3 horas para ver como suaviza sus ingredientes.



La Concepción o La Concha es un municipio del departamento de Masaya, en la República de Nicaragua.

Blank writing area consisting of 15 horizontal lines.



Rice and Bean (Gallo pinto con coco)

Ingredientes:

2 libras arroz
1/2 libras frijoles
1 coco
1 cebolla
Pimienta negra
1 chile cabro
1/2 libras de tocino ahumado
Sal



Procedimiento:

Pelar y rallar el coco. Exprimir la pulpa en 1/2 litro de agua. Colar para obtener la leche de coco. Cocer los frijoles junto con el tocino ahumado, una vez cocidos los frijoles agregar el arroz, la leche de coco, cebolla y chile cabro (al gusto). Dejar hervir hasta que se seque el arroz y se evapore la leche de coco. Sirva caliente y saboree.

Observación: El Gallo pinto no se fríe como el tradicional, solo se cuece.



Sopa De Pescado Seco

Ingredientes:

5 libras de pescado seco
5 libras de masa de maíz
2 bolsitas de achiote
2 bolsitas de pimienta
3 cucharaditas de sal
3 onzas de vinagre
5 chiltomas
5 cebollas
2 cabezas de ajos
2 ramitas de apio
3 huevos
2 docenas de jocotes verdes guaturoco
5 litros de agua
2 litros de aceite



Preparación:

Se deja remojando el pescado, para eliminar un poco la sal, desde el día anterior. Al día siguiente lave el pescado y se corta en trozos pequeños.

Licúe el achiote, la pimienta, cebolla, apio, chiltomas, ajo, sal al gusto y el vinagre, posteriormente mezcle estos ingredientes en la masa, agregue huevo y el pescado. Con la mezcla forme pequeñas tortas no muy gruesas. Recuerde dejar una porción de masa para el recado.



En un sartén vierta el aceite, cuando este caliente, freír las tortas hasta que estén doradas.

En una olla, echar agua con un poco de recado de masa de pescado. Agregue cebolla, la hierba buena, sal al gusto y los jocotes para darle acidez, se deja en el fuego durante media hora (siempre con la olla tapada).

Sirva las porciones al gusto (Las tortas puede incorporarlas a la sopa o servir las por aparte)

Esta receta es para 15 personas.



Garrobo en Caldillo

Ingredientes:

Para el sancocho

1 garrobo grande pelado y limpio

6 dientes de ajo

½ cebolla mediana

4 hojas de culantro

Para el caldillo

1 taza de salsa de tomate

2 ½ taza de caldo de garrobo

Cebolla picada

1 taza de puré de papas

Achiote

4 onzas de mantequilla



Preparación:

Corte en trozos pequeños la carne de garrobo y sancoche con todos sus ingredientes, cuando suavice, baje y reserve el caldo. En una olla ponga a calentar la mantequilla, salteé la cebolla, agregue la carne, mezclando todos los ingredientes, adicione la salsa de tomate, para darle espesor al caldillo diluir el puré de papas con achiote en media taza de caldo, agregue las otras dos tazas de caldo y déjelo hervir a fuego moderado. Apague el fuego y deje reposar por unos minutos.



Tamales pisques con relleno de frijoles

Ingredientes:

5 libras de Maíz

1 1/2 libras de frijoles cocidos

4 libras de ceniza

Agua

Para la envoltura hoja de plátano



Preparación:

El día anterior se pone a nesquisar el maíz con suficiente agua, ceniza colada, a fuego moderado, se remueve el maíz para evitar que se pegue, durante la cocción se continúa agregando la ceniza hasta que reviente el grano. (El proceso de cocción puede durar de dos a tres horas).

Se ponen a cocer los frijoles con ajo y sal al gusto.

Al siguiente día se lava el maíz en una zaranda con abundante agua, hasta que desprenda el ojo del maíz (corazón). Posteriormente se muele el maíz y se licuan o muelen los frijoles.

Amase la masa del maíz de manera que quede suave, una vez lista deposita una pequeña porción sobre la hoja de plátano y encima se le agrega un poco de los frijoles molidos, posteriormente envuelva y ponga a cocer con suficiente agua a fuego moderado hasta que adquieran una consistencia sólida. Y a saborear con queso o cuajada, gallo pinto, sardinas y arroz.



Tamal pisque

Ingredientes:

5 libras de Maíz

4 libras de ceniza

Agua

Para la envoltura hoja de plátano



Preparación:

El día anterior se pone a nesquisar el maíz con suficiente agua, ceniza colada, a fuego moderado, se remueve el maíz para evitar que se pegue, durante la cocción se continúa agregando la ceniza hasta que reviente el grano. (El proceso de cocción puede durar de dos a tres horas).

Al siguiente día se lava el maíz en una zaranda con abundante agua, hasta que desprenda el ojo del maíz (corazón). Posteriormente se muele el maíz.

Amase la masa del maíz de manera que quede suave, una vez lista deposita una pequeña porción sobre la hoja de plátano, posteriormente envuelva y ponga a cocer con suficiente agua a fuego moderado hasta que adquieran una consistencia sólida.



Sopa de cuajada

Ingredientes:

- 3 tomates maduros
- 2 cebollas
- 2 chiltomas
- ½ litro de aceite
- 1 litro de leche
- 1 litro de agua
- 3 ramitas de hierba buena
- 2 huevos
- 1 libra de cuajada
- 1 libra de masa ya preparada
- 2 bolsita de consomé de pollo



Preparación:

Poner en una olla un 1 litro de agua en el fuego, agregar cebollas, tomate, chiltomas, hierba buena (todo previamente cortado en trozos) y consomé. Cuando este hirviendo agregar la leche.

Se mezcla la masa con la cuajada, huevos y una pizca de sal, hasta lograr consistencia en la masa y se forman las tortas o rosquillas. En un sartén con aceite caliente se ponen a freír hasta que estén doradas.

Luego se le agregan a la sopa y se deja que hiervan por tres minutos.



Pescado frito con arroz

Ingredientes:

Arroz
pescado,
Sal
Limón
Cebolla
Tomate
Chiltomas
Aceite
Agua
Empanizador



Preparación:

Primeramente se descama el pescado, luego cuando ya esté descamado se limpia por dentro para que no quede sucio, y luego se relaja y se le hecha sal y empanizador y esperar. Colocar en el sartén suficiente aceite, dejar que caliente el aceite y se pon a freír.

Se prepara arroz, tostones, ensalada para acompañar el plato.

Historia:

Existen evidencias de la existencia de prácticas cuaresmales en particular del ayuno como preparación de la pascua desde fines del siglo III desde al año 322.



La Semana Santa en Nicaragua es muy importante ya que conmemoramos la pasión, muerte y resurrección de nuestro Señor Jesucristo.

El cristianismo fomenta el ayuno y la abstinencia de carne.

Periodo en que se prepara:

Se prepara siempre en el periodo de cuaresma, pero algunas familias la han integrado al menú de sus hogares en diferentes tiempos por ser tan sabrosa y barata de preparar.



Pinol de iguana

Ingredientes:

- 2 tazas de maíz
- 1 iguana con su ración de huevos
- 8 hojas de culantro
- 2 naranjas agrias
- 8 tazas de agua
- 1 cabeza de ajos
- 1 cebolla
- 1 cucharadita de pimienta
- 9 cebollas
- 3 tazas de manteca de cerdo
- 1 cucharadita de pimienta molida
- Jugo de naranja agria

Preparación:

Se tuesta ligeramente el maíz, sin dejarlo dorar: molerlo algo grueso y dejarlo reposar.

Lavar bien la iguana con el jugo de las naranjas agrias, cortarla en trozos pequeños y ponerla a cocer en agua, agregar sal al gusto, junto con los ajos, la cebolla y la pimienta, hasta que esté suave; retírela del fuego, extraerla y colar el caldo guárdelo.

Medir 4 tazas del maíz tostado y molido, agregar al caldo, poner nuevamente al fuego y mover constantemente hasta que tenga la contextura espesa y se encuentre bien cocinado.



En una sartén freír las cebollas en manteca, a fuego moderado, hasta que estén ligeramente doradas, agregar el maíz cocinado, la pimienta y el jugo de naranjas agrias al gusto; cocinar todo a fuego bajo, cuidando que no quede muy seca, ya que al retirarla del fuego, tiende a endurecerse.

Añadir la iguana y cocinar un poco más. Por separado freír más cebollas en manteca y reserve. Cocer los huevos por 3 minutos en agua hirviendo con chile y preservarlos calientes.

Servir y agregar encima la manteca con las cebollas fritas y adornar con los huevos.





Bebidas



Comidas, Bebidas y Dulces

El Ginger Beer

Ingredientes:

Jengibre

Flor de Jamaica

Azúcar

Preparación:

Se martajan el jengibre y flor de Jamaica. Se ponen a cocer juntos, por quince minutos, luego se deja enfriar, se agrega azúcar al gusto, se agrega hielo o se pone a refrigerar.



Chilate (León Santa Rosa del Peñón)

Ingredientes:

3 libras de maíz pujagua seca

1/2 libra de azúcar

½ litros de leche

½ litro de agua

2 onzas de cacao, tostado, pelado y molido.

Dulce de rapadura

1/2 onza de canela en rajas

6 clavos de olor

6 clavos de olor

Chile congo majado

Canela en polvo



Preparación:

Un día antes limpie el maíz pujagua, tueste ligeramente y una vez refresque, ponga a remojar en 1 litro de agua. Al día siguiente escurra y muele a grano fino, agregue 2 tazas de agua y pase por colador fino. Aparte remoje el cacao en ¼ taza de agua y deje reposando.

En una olla a fuego medio, ponga a hervir el colado del pujagua, agregue ½ litro de leche, el dulce de rapadura, la canela y el clavo de olor sin dejar de remover. Cuando hierva 3 minutos pase un colador de metal en el atol para quitar cualquier excedente o broza del dulce, agregue el chile y el cacao, continúe removiendo 2 minutos más. Sirva caliente o frío, si prefiere rocíe un poco de canela en polvo.



Pinolillo

Ingredientes:

3 libras de maíz blanco seco

1 libra de cacao

1/2 onza de canela en raja

1/2 onza de pimienta de Chapa (Dulce)

Azúcar

Agua

Preparación:

Tostar el maíz y el cacao por separado, quitar la cascara al cacao, mezclar el cacao con el maíz, agregar canela y pimienta, moler los ingredientes a grano fino. El producto obtenido se disuelve en agua dando el espesor deseado.



Chicha bruja

Ingredientes:

Maíz

Guineo Manzano

Dulce de panela



Preparación:

El primer paso es lavar el maíz que se va a usar y tenderlo para que se nazca por varios días en un mantel de plástico donde se le estará rociando de agua hasta que eche raíz. Una vez que el maíz está "nacido" o pulloneado, está listo para mandarlo a moler. Sin embargo, hay que tener en cuenta que un día antes de mandar a moler el maíz nacido hay que preparar el otro ingrediente que es a base de guineo verde, tipo manzano.

La cantidad de guineo a utilizar debe ser proporcional a la cantidad de maíz ya nacido, el cual se debe primero lavar, pelar y machacar para luego ponerlo a cocer con mucha agua en una olla de barro grande. Después de cocido el guineo, se deja reposar y una vez frío se filtra en un colador de bejuco y zacate y a continuación esta agua de manzano se echa en otra olla de barro y se deja fermentar por un día. Al día siguiente, se manda a moler el maíz nacido y se prepara la chicha con la mezcla del agua de maíz y el agua fermentada de los guineos manzanos, la cual



se vuelve a meter en otra olla de barro, pero en esta ocasión se le echan varios atados de dulce y se deja la chicha por otras 24 horas, al término de las cuales la chicha ya está lista para celebrar cualquier evento o simplemente para refrescarse.

El secreto para elaborar esta embrujante chicha está contenido en las propiedades de la fermentación del maíz y el guineo manzano, con los cuales se elabora la materia prima de esta bebida.



Wabul (Güäbul)

Ingredientes:

- 4 Bananos (Guineos) maduros
- 1/4 taza de leche de coco
- 1 Taza de caldo de pavo montés (si se tiene)
- 1 cucharadita de sal
- 2 cucharaditas de azúcar (opcional)



Preparación:

Los bananos crudos se desbaratan con la mano dejándolos enteros.

Ponga a hervir la leche de coco con el caldo de pavo montés (si tiene este último, si no solo la leche de coco) 5 minutos, cuidando de que no se ahúme porque llega rápidamente a su estado de ebullición.

Agregue después el banano machacado, sal, azúcar y deje hervir todo por 3 minutos, sin que espese mucho. Retire del calor, sírvase caliente y a disfrutar.

Opción 2: (más casera)

Mezcle los bananos maduros con la leche tradicional, agregue azúcar y deje cocinando a fuego lento hasta hervir, retírelo, sírvase y listo.



Bebida de melón, papaya y sandía

Ingredientes:

Melón
Papaya
Sandía



Preparación:

Se pelan y corta el melón, la papaya y la sandía, se le extraen las semillas a todas las frutas. Después hacer en pequeños cuadritos se coloca en la licuadora y se licúan.

No se le agrega ni agua ni azúcar ya que contiene sus propios endulzantes naturales.

Matiguás es un municipio perteneciente administrativamente al departamento de Matagalpa, en la República de Nicaragua.



Chicha de Maíz (Fermentada)

Ingredientes:

Media libra de maíz

3 litros y medio de agua

3 tazas de azúcar

Un cuarto de taza de frambuesa

Un cuarto de taza de raspadura de dulce

Esta cantidad es aproximada para 15 personas

Preparación:

Primero debe lavar bien el maíz, después en una pana cubrirlo con bastante agua y dejarlo remojando por toda la noche. Al día siguiente sacar el agua y lavarlo nuevamente con agua limpia, escúrralo y llévelo al molino para molerlo de una forma que quede grueso. Después de haberlo molido, lávelo nuevamente para quitarle la cascarita que desprende, posterior agregue un litro de agua y ponlo a hervir, moviéndolo de vez en cuando de manera que no se forme una telita encima, déjelo que se coccione bien. Cuando ya está cocido, enfrielo y la raspadura de dulce dilúyala en medio litro de agua y agréguela, revuélvala uniformemente.

Déjelo en una pana. Al día siguiente desbarate esta masa con dos litros de agua, mezclar el azúcar bien de manera uniforme, por último agrega la frambuesa y listo. Recuerda ponerla en la refrigeradora para que no se malee.



Refresco de guarumo (León)

El guarumo es un árbol de clima inter tropical, sus hojas son grandes, este árbol puede llegar a crecer hasta veinte metros de altura, es analgésico y antiasmático. Se le conoce con otros nombres como embauba, trompeta y hormiguillo. Está comprobado que este árbol cura la hipertensión. El guarumo crece a las orillas de los caminos.

Para refresco de verano sus hojas son una delicia el procedimiento es el siguiente:

Seleccionar entre 7 o 10 hojas las lava bien con agua y luego sus hojas las fricciona con las manos o sea las restriega en una pana mediana con agua hasta sacarle la babaza, luego cuela el producto y bota los residuos de las hojas friccionadas, le mezcla con jugo de limón, hielo y azúcar al gusto, hay quienes le agregan frambuesa para darle color rojito, esta porción de 10 hojas puede darle para de 15 vasos de refrescos.



Tiste

Ingrediente:

3 lb de maíz blanco

1/2 lb de cacao

1/2 onza de canela en raja

1/2 de pimienta dulce (Pimienta de chapa)

1/2 onza de clavo de olor

Preparación:

Se tuesta el cacao y maíz por separado. Descascarar el cacao, mezclar el maíz con el cacao canela y pimienta, moler a grano fino, el producto obtenido se humedece con agua y con la masa se conforman cilindros de 1 1/2 pulgadas de grueso por 4 pulgadas de largo.



El pinol o pinol blanco

Ingredientes:

Maíz tostado

Canela

Clavo de olor

Preparación:

Se tuesta el maíz, hasta que queda bien doradito y se pueda masticar, luego se martaja con algo pesado y se para sacarle la pelusa del maíz, después se muele en un molino mecánico o de mano o bien se quiebra con piedra de moler.



Chicha de Jengibre

Ingredientes:

1/2 coco tierno o sazón licuado

4 onzas de arroz

3 raíces de jengibre

1/4 de atajo de dulce

Preparación:

Cortar el coco en trozos pequeños, licuar y colar, dejar el arroz en remojo por 1/2 hora, licuar con la misma agua y colar, cortar en trozos pequeños el jengibre, licuar y colar. Juntar todos los ingredientes con 2 litros de agua y agregar dulce, dejar reposar 4 horas en el refrigerador.





Dulces



Comidas, Bebidas y Dulces

Almíbar

Ingredientes:

6 atados de dulce (de rapadura)

1 papaya verde grande

5 docenas de jocotes verdes

25 mangos

Canela, clavo de olor al gusto

2 libras de grosellas

Preparación:

Se pelan los mangos, se pela y se ralla la papaya, luego se lavan las otras frutas, se colocan en una olla a fuego lento, se le agrega canela, clavo de olor, pimienta de chapa. Una vez que las frutas están cocidas se le agrega el dulce de rapadura poco a poco para evitar que se pegue en la olla. Se debe mover constantemente para evitar que se ahúme.



Arroz con leche

Ingredientes:

200 gramos de arroz
150 gramos de azúcar
1.5 litros de leche
2 rajitas de canela
Rapadura de la cáscara de un limón
Canela molida



Preparación:

Colocamos una olla al fuego, le agregamos agua y el arroz, dejamos cocinar a fuego lento hasta que este suave, agregamos la leche, azúcar, canela y la rapadura de cáscara del limón, luego removemos y esperamos que la leche empiece a hervir. Dejamos cocinar a fuego lento hasta que el arroz este reventado, removemos de forma habitual para evitar que el arroz se pegue en el fondo de la olla y por ende no se ahúme.

Dejamos reposar unos minutos, servimos el arroz en recipientes (tazas o vasos pequeños). Dejamos enfriar a temperatura ambiente y después polvoreamos canela molida para darle vistosidad y un toque de sabor.



Buñuelo de Yuca

Ingredientes:

- 1 libra de maíz
- 1.5 libras de Cuajada
- 1 libra de yuca
- 1 litro aceite
- 3 cucharadas de sal
- 1 atado de dulce
- 1 Limón



Preparación:

Se sancocha el maíz, se corta la yuca en trozos, se mezcla el maíz sancochado con la yuca en trozos, se le agrega la cuajada, y se muele en un molino manual. Ya preparada la masa se hacen las bolitas y se echan a freír hasta que se pongan doradas. Se sirven bañadas con miel.

Preparación de la miel.

Se coloca en una paila el dulce con media taza de agua, se pone a fuego lento para que se derrita y se le agregan gotas de limón para que la miel no se grane.



Buñuelo

Ingredientes:

1 libra de Yuca

4 Huevos

1.5 libras de Cuajada

Procedimiento:

Primeramente se corta la yuca en trozos, se lleva al molino o licuadora. Se le agrega la cuajada y los huevos, hasta obtiene una masa. Luego se hacen las bolitas y se ponen a freír hasta que doren, se sirven con miel elaborada con dulce de rapadura, agua, canela y gotitas de limón.



Cusnaca

Ingredientes:

- 1 docena de Jocotes
- 2 litros de Leche
- ½ libra de Crema
- 1 libra de Azúcar
- 3 rajitas de Canela
- 1 Atado de dulce



Preparación:

Lavar bien los jocotes, luego cocerlos por 20 minutos, escurrirlos, en una olla se le agrega el dulce rayado, el azúcar y la canela a fuego lento por 15 minutos.

Agregamos los jocotes, la leche, la crema y se cocina a fuego medio, moviendo regularmente hasta quedar un poco espeso.

Período en que se prepara: marzo y abril.



Sopa borracha

Ingredientes:

4 tazas de azúcar
1/3 de ron blanco
4 tazas de agua
4 onzas de pasas
10 clavos de olor
4 onzas de ciruelas
1 taza de vino dulce
1/4 más de taza de azúcar
4 Canela en raja
1 taza de agua
Cáscara de limón



Preparación:

Deje la noche anterior en remojo el ron, la canela en raja (un manojo), vainilla y la cáscara de limón. Ponga a hervir las ciruelas y las pasas en una taza de agua con un tercio de azúcar, hasta que queden suaves y esponjosas. Disuelva bien el azúcar en las 4 tazas de agua, agréguele 4 o 5 rajas de canela, los diez clavos de olor y la cáscara de limón.

Déjela hervir y cuando la miel comience a espesarse, retírela del fuego y cuélela.

Añádale el vino dulce y el ron blanco, cubra con ella el marquesote.



Marquesote de Bilwi

Ingredientes:

6 huevos

2 cucharaditas de polvo para hornear

2 tazas de harina

Cáscara de 1 limón (rallado)

1-1/2 taza de azúcar

Preparación:

Mezcle bien los huevos hasta que estén blancos y duros como mayonesa. Agrégueles, poco a poco el azúcar y siga batiéndolos hasta que estén bien crecidos.

Agregar la harina mezclada con el polvo de hornear y por último el limón rallado.

En un sartén bien engrasado, vierta la mezcla y hornee de 10 a 12 minutos.



Paty

Ingredientes:

- 4 paquetes de galletas simples
- 2 Libras de carne molida
- 1 cebolla grande
- 2 chiltomas
- 3 dientes de ajos
- 2 cucharadas de vinagre
- 1 consomé (que combine con el tipo de carne que se usa)
- 3 chiles Cabros
- Para la masa
- 2 litros de aceite
- 4 libras de harina
- 3 paquetes de achiotes
- 1/2 litro de agua



Procedimiento:

Se fríe el achiote en el aceite y se deja enfriar.

Remojar las galletas en 1/2 litro de agua, hasta obtener una masa de consistencia fina. Mezclar con la carne y resto de ingredientes. Freír con aceite de achiote. Prepare la masa con el aceite de achiote en cantidad suficiente para amasar.

Cortar luego en porciones suficientes para las empanadas. Extender la masa y colocar la mezcla



de carne con chile molido y galleta, cubrir en forma de empanada. Agujerear la parte posterior con un tenedor. Hornear el Paty durante 15 minutos.



Almíbar de Mango

Ingredientes:

6 mangos pelados y picados
1/2 libra de almendras
1 cucharada sopera de pasas de uva
Dulce de rapadura
1 taza de agua

Preparación:

Comenzamos hirviendo el azúcar en una taza con agua y cuando esté a punto le echamos las almendras y los mangos. Poco a poco integramos el dulce de rapadura rallado a la cocción. Moderamos a fuego lento y vamos revolviendo constantemente hasta que se vea el fondo de la cacerola. Vaciar en una fuente y adornar con pasas. Dejar enfriar y luego llevar a la refrigeradora.



Perrereque

Ingredientes:

25 elotes
3 barras de margarina
2 libras de queso molido
Bicarbonato
Polvo de hornear
1 bola de crema dulce
1 libra de azúcar
½ litro de leche



Preparación:

Raspe los 25 elotes y muéloslos bien fino. Luego de haber molido, viértalos en una taza grande. Agregue los ingredientes anteriores y revuélvalos, unte con margarina un molde.

Ponga a precalentar el horno, vierta todo lo que revolvió en el molde engrasado.

Métalo al horno y cuando este bien dorado déjelo enfriar y sáquelo del horno y pártalo en el molde en cuadritos.



Bien me sabe

Ingredientes:

- Un plátano maduro
- Una tapa de dulce
- ½ litro de agua
- 1 Rajita de canela
- 1 Limón (Jugo de limón)
- 1 litro de aceite



Preparación:

Pelar el plátano, realizar tiras estilo juliana, freír las fajitas de plátano en suficiente aceite, remover constantemente hasta que esté bien tostadas. Sacarlas y dejar escurrir el aceite.

En una olla Mesclar media taza de agua con la rapadura de dulce, echar unas gotitas de jugo de limón y dejar la mezcla en el fuego unos minutos, mover constantemente hasta espesar, luego sobre una superficie plástica poner las tiras del plátano frito y dejar caer la miel, mezclar las tiritas con la miel de forma que queden pequeños manojitos bien cubiertos.



