EL CARABOBEÑO. Domingo 23 de Mayo de 1999. AÑO IV N° 163

Cocina

Bianca Ugarte

Para cuando el gusto apremie

Para cuando el gusto apremie

VAINITAS A LA LIONESA

½ kg. de vainitas (redonda), muy verdecita
200 grs. de cebolla picadita en cuadraditos pequeños.
2 cucharadas de mantequilla
sal
pimienta

PREPARACIÓN :

1) Pique las vainitas por la mitad, elimine puntas. Póngalas a cocinar en agua con sal hasta que ablanden. Escurrirlas y secarlas muy bien.
2) En un sartén rehogue la mantequilla con los daditos de cebolla removiendo constantemente hasta que la cebolla ablande. El fuego de la cocina debe ser bajito.
3) Añadir vainitas y sazonar con sal y pimienta. Mezclar bien. Servir de inmediato como guarnición.

POLLO EN SALSA DE TORONJA

1 ½ Kg. de pollo (piernas y pechugas)
½ taza de jerez seco
6 dientes de ajos machacados
Aceite para freír el pollo
1 cebolla en daditos pequeñitos
1 taza de jugo de toronja
1 taza de gajos de toronja en trocitos
4 cucharadas de azúcar
1 cucharada de maicena

PREPARACIÓN :

1) Corte el pollo en trozos, póngalos a medio sancochar en poquita agua, sazonando el agua con una ramita de celery y sal. Retirar y dejar enfriar.
2) Sazonar el pollo con pimienta y sal (si fuera necesario), luego pasarlo por harina y freírlo en aceite bien caliente hasta dorarlo. Retirar y colocarlo en una bandeja.
3) En una ollita con aceite, sofreír ajos y cebolla. Añadir jugo de toronja azúcar y jerez. Dejar hervir un minuto. Remover y añadir maicena disuelta en un poquito del jugo y los gajitos de toronja. Remover. Dejar entibiar.
4) Vaciar esta salsa sobre el pollo de la bandeja.
5) Servir con arroz acompañadas con las vainitas lionesas.

* Pudiera sustituirse la toronja por la naranja.

TORTA FRIA DE CAFE Y RICOTTA

½ kg. de queso ricotta (cottage cheese)
1 taza de azúcar blanca
1 taza de café fuerte
6 cucharadas de leche en polvo
25 plantillas (lenguas de gato, bizcotelas)
1 taza de vino dulce
Chocolate en lluvia o trocitos de durazno, o mango marrasquino.

PREPARACIÓN :

1) Mezclar el café con la leche
2) Deshacer la ricotta en la batidora e ir añadiendo el azúcar. Unir todo muy bien.
3) Rocear muy bien las plantillas con el vino y acomodarlas en un molde de preferencia rectangular (y de preferencia pyrex)
4) Vaciar sobre las plantillas la mitad de la mezcla y luego otra capa de plantillas bien roceadas con vino. Terminar con capa de mezcla.
5) Espolvorear con chocolate en lluvia o adornar con trocitos de durazno, o mango marrasquino.
6) Colocar la nevera de un día para otro bien tapado.

* El queso ricotta se puede sustituir por queso crema, rebajando un poco la cantidad de líquido en el café.