

MAIZENA<sup>®</sup>, YA LA CONOCÉS  
AHORA DESCUBRILA



**101 RECETAS  
PARA VOS**

**SABORES LATINOS**

# SORPRENDENTEMENTE VERSÁTILES

Como habrás notado, **MAIZENA**®, al igual que su materia prima, el maíz, es parte de la tradición culinaria de Latinoamérica desde hace cientos de años.

Independiente del país y los gustos locales, este versátil ingrediente acabó siendo parte de la elaboración de los más variados platos.

Con la intención de acercarte todas esas culturas gastronómicas unidas por el almidón de maíz, **MAIZENA**® lanza esta increíble recopilación de ideas y recetas típicas de varios países latinos.

Aquí vas a descubrir los secretos culinarios de los más variados y apetitosos platos, elaborados y degustados con orgullo y tradición por diversos pueblos de Latinoamérica.

Además, esta es la oportunidad perfecta para que compruebes que con **MAIZENA**® se puede hacer mucho más que papillas, tortas, galletas y salsas, y que este ingrediente centenario es el gran responsable de que todo quede mucho más rico. **¡Disfrutá la lectura y buen apetito!**

## PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DE LA COCINA DE ALGUNOS PAÍSES DE LATINOAMÉRICA.

### COLOMBIA

Los platos típicos de la cocina colombiana se basan en el uso del maíz y tubérculos variados.

### MÉXICO

En México, los distintos tipos de pimientas son ingredientes indispensables en gran parte de las recetas.

### ARGENTINA

La cocina típica argentina se basa en el uso de sus excelentes carnes y en sus deliciosos postres.

### BRASIL

La cultura gastronómica brasileña es una gran mezcla de las cocinas indígena, africana y portuguesa.

### AMÉRICA CENTRAL

De la unión de costumbres de muchos pueblos viene la tradición culinaria de los países de América Central, y entre estas costumbres están las mayas, indígenas y europeas. Es una gastronomía que se basa en ingredientes frescos y básicos, tales como frutas tropicales, pescados frescos, carnes y legumbres.



# ÍNDICE

## CARNES, POLLOS Y PESCADOS

1 COSTILLITAS A LA MOSTAZA (AMÉRICA CENTRAL)	10
2 BOCADITOS DE POLLO FRITO (AMÉRICA CENTRAL)	11
3 CROQUETAS DE CARNE (AMÉRICA CENTRAL)	12
4 FILET DE PESCADO A LA ESPAÑOLA (AMÉRICA CENTRAL)	13
5 ROLLOS DE CARNE CON JAMÓN (AMÉRICA CENTRAL)	14
6 CROQUETAS DE POLLO (ARGENTINA)	15
7 SUPREMAS DE POLLO CON VERDURAS (ARGENTINA)	16
8 HAMBURGUESAS CON SALSA (ARGENTINA)	17
9 MILANESAS ESPECIALES (ARGENTINA)	18
10 LOMITO DE CERDO CON CHAMPIÑONES (ARGENTINA)	19
11 CALABAZA RELLENA CON CAMARONES (BRASIL)	20
12 PECHUGA DE POLLO CON SALSA DE HIERBAS (BRASIL)	21
13 ALBÓNDIGAS DE CARNE CON SALSA ROSA (COLOMBIA)	22
14 CROQUETAS DE ATÚN (MÉXICO)	23
15 FILET DE PESCADO AL GRATÉN (COLOMBIA)	24
16 CUCURUCHO DE REMOLACHA Y POLLO (MÉXICO)	25
17 EMPANADAS DE CARNE (ARGENTINA)	26
18 PAQUETITOS DE POLLO CON SALSA VERDE (MÉXICO)	27
19 SOPA DE POLLO (MÉXICO)	28

## PASTAS, PANES, MASAS Y ARROLLADOS

20 CREPES DE JAMÓN Y QUESO (AMÉRICA CENTRAL)	30
21 TALLARINES CON SALSA DE CHAMPIÑONES Y CUATRO QUESOS (AMÉRICA CENTRAL)	31
22 ESPAGUETIS CON CAMARONES Y SALSA BLANCA (AMÉRICA CENTRAL)	32
23 FIDEOS CODITOS GRATINADOS (COLOMBIA)	33
24 ÑOQUIS DE PAPA Y MAIZENA® (ARGENTINA)	34
25 PAN CASERO CON PANCETA (ARGENTINA)	35
26 PAN LACTAL (ARGENTINA)	36
27 PANCITOS CASEROS (ARGENTINA)	37
28 PANQUEQUES DE DULCE DE LECHE (ARGENTINA)	38
29 PIZZA A LA MAIZENA® (ARGENTINA)	39
30 PAN DE CALABAZA CON DULCE DE LECHE (BRASIL)	40
31 PAN DE MIEL RELLENO (BRASIL)	41
32 PANQUEQUES DE ESPINACA CON TOMATE Y SARDINAS (BRASIL)	42
33 ÑOQUIS CON SALSA DE ZANAHORIA, ARVEJAS Y JAMÓN (BRASIL)	43
34 PIZZA EN BOLITAS (BRASIL)	44
35 CINTITAS DE CREPES GRATINADOS (COLOMBIA)	45
36 FIDEOS CARACOLITOS A LA COLOMBIANA (COLOMBIA)	46
37 BOLITAS DE ARROZ ASADAS (MÉXICO)	47
38 BUÑUELOS SOUFFLÉ (MÉXICO)	48
39 LASAÑA CRIOLLA (MÉXICO)	49
40 MIL HOJAS DE PANQUEQUES (MÉXICO)	50
41 ÑOQUIS DE CALABAZA Y PAPA A LA CARUSO (MÉXICO)	51

## LEGUMBRES, SALSAS Y SOPAS

42	BOLITAS DE PAPA (AMÉRICA CENTRAL)	54
43	LASAÑA DE ZANAHORIA AL PESTO (AMÉRICA CENTRAL)	55
44	BOLLITOS DE MANDIOCA (AMÉRICA CENTRAL)	56
45	SALSA VERDE (AMÉRICA CENTRAL)	57
46	BUDÍN DE CALABAZA Y CHOCLO (ARGENTINA)	58
47	SOPA DE ZAPALLO (ARGENTINA)	59
48	CANASTITAS DE CALABAZA RELLENA (ARGENTINA)	60
49	BERENJENAS GRATINADAS (COLOMBIA)	61
50	PAPAS A LA COLIFLOR (COLOMBIA)	62
51	CREMA DE MAÍZ DULCE (COLOMBIA)	63
52	PIMIENTOS RELLENOS (COLOMBIA)	64
53	BUÑUELOS CRUJIENTES (COLOMBIA)	65
54	AREPAS DE CHOCLO (COLOMBIA)	66
55	ALBÓNDIGAS DE REQUESÓN Y ACELGA (MÉXICO)	67
56	PAPAS A LA CREMA (MÉXICO)	68
57	AROS DE CEBOLLAS (MÉXICO)	69

## BOLLOS, TORTAS, TARTAS Y PASTELES

58	TORTILLA DE ZAPALLITOS (ARGENTINA)	72
59	PASTEL DE POLLO (ARGENTINA)	73
60	SOUFFLÉ DE ARROZ (ARGENTINA)	74
61	TARTA DE LEGUMBRES (BRASIL)	75
62	MINITARTA DE PALMITOS CON CAMARONES (BRASIL)	76
63	TARTA DE BATATA CON CARNE SECA (BRASIL)	77
64	SOUFFLÉ DE POLLO (COLOMBIA)	78
65	TARTA DE TOMATE A LA PROVENZAL (MÉXICO)	79
66	TARTA DE FRUTAS (ARGENTINA)	80
67	TORTA DE CHOCOLATE (ARGENTINA)	81
68	TORTA DE NARANJA (ARGENTINA)	82
69	TORTA MOUSSE DE LIMÓN (ARGENTINA)	83
70	TORTA DE CHOCOLATE CON BANANA (BRASIL)	84
71	TARTA DE COCO (BRASIL)	85
72	TARTA DE GUAYABA (BRASIL)	86
73	TORTA DE LIMÓN CON COCO (BRASIL)	87
74	BUDÍN INTEGRAL DE MANZANA (BRASIL)	88
75	PASTEL DE COCO (BRASIL)	89
76	TARTA DE LIMÓN (MÉXICO)	90
77	TARTA CROCANTE DE MANZANA (MÉXICO)	91

## POSTRES Y GALLETITAS

78 GALLETITAS DE ZANAHORIA (AMÉRICA CENTRAL)	94
79 GALLETITAS DE QUESO (AMÉRICA CENTRAL)	95
80 ALFAJORES DE MAIZENA® (ARGENTINA)	96
81 CHEESE-CAKE DE FRUTILLA (ARGENTINA)	97
82 MOUSSE DE CHOCOLATE (ARGENTINA)	98
83 MASITAS RELLENAS (ARGENTINA)	99
84 PASTA FROLA (ARGENTINA)	100
85 POSTRE DE DURAZNO Y COCO (BRASIL)	101
86 PIONONO DE ANANÁ CON PASAS DE UVA (BRASIL)	102
87 POSTRE DE CHOCOLATE CON MARACUYÁ (BRASIL)	103
88 MUFFINS CON FRUTILLA Y CHOCOLATE (BRASIL)	104
89 GALLETAS INTEGRALES CON SEMILLAS DE LINO Y SÉSAMO (BRASIL)	105
90 MANJAR DE COCO QUEMADO (BRASIL)	106
91 NATILLA DE MAIZENA® (COLOMBIA)	107
92 HELADO DE DULCE DE LECHE (COLOMBIA)	108
93 ISLA FLOTANTE DE CHOCOLATE Y BANANA (COLOMBIA)	109
94 MANTECADOS (COLOMBIA)	110
95 CREMOSO DE CIRUELAS (COLOMBIA)	111
96 ALFAJORES DE CHOCOLATE (MÉXICO)	112
97 BUDÍN CON TROCITOS DE DULCES (MÉXICO)	113
98 CHOCOMASITAS (MÉXICO)	114
99 MASITAS DE NARANJA (MÉXICO)	115
100 MASITAS HÚNGARAS (MÉXICO)	116
101 NATILLA (MÉXICO)	117

## CARNES, POLLOS Y PESCADOS

# COSTILLITAS A LA MOSTAZA

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
5

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 5 costillas de cerdo
- ½ cucharada de margarina
- 1 sobre de caldo de gallina
- 1 diente de ajo finamente picado
- 1 cerveza (1lt)
- ¼ taza de **MAIZENA**®
- 1 cucharada de mostaza

## PREPARACIÓN

- 1** Calentá una sartén con la margarina y cociná las costillas de cerdo. Si utilizás ahumadas, sólo dorá.
- 2** En un bol mezclá la cerveza con el caldo de gallina, el diente de ajo, la **MAIZENA**® y la mostaza.
- 3** Cuando estén doradas las costillitas, agregá esta mezcla y dejá que hierva.
- 4** Al hervir se espesará y tendrás listo tu plato.

# BOCADITOS DE POLLO FRITO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
20 unidades

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
20 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 3 supremas de pollo cortadas en fetas
- 1 taza de **MAIZENA**®
- Sal y pimienta a gusto
- ½ cucharadita de comino en polvo
- ½ cucharadita de canela en polvo
- 2 huevos
- Aceite para freír, cantidad necesaria
- Palitos de brochette

## PREPARACIÓN

- 1** Condimentá las fetas de pollo con sal, pimienta, comino y canela.
- 2** Batí los huevos.
- 3** Pasá cada feta de pollo por el huevo batido y rebozá con **MAIZENA**®.
- 4** Hacé un rollito y atravesalo con un palito de brochette.
- 5** Calentá el aceite en una sartén y freí los rollitos de pollo a fuego alto hasta dorar.
- 6** Retirá y escurri sobre papel.
- 7** Serví caliente o frío con salsas a tu gusto, acompañado de una ensalada verde con pasta.

# CROQUETAS DE CARNE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 230 g de carne picada, sin grasa
- 6 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche (500 ml)
- 4 cucharadas de margarina
- 1 huevo
- 1 cucharada de queso rallado
- Rebozador y huevo batido

## PREPARACIÓN

- 1** Cocinó la carne picada en una sartén, con margarina y un poco de agua.
- 2** Aparte herví la leche y agregale la **MAIZENA**®, previamente disuelta en un poco de leche fría.
- 3** Cocinó a fuego mediano, revolviendo continuamente durante 2 ó 3 minutos. Condimentó con sal y retiró del fuego.
- 4** Agregó la margarina en trocitos y mezcló. Incorporó la carne picada cocida, el huevo, el queso rallado y mezcló bien.
- 5** Dejó enfriar y formó las croquetas tomando pequeñas porciones en las manos, dadas la forma que desees, pasalas por huevo batido, rebozador y acomodalas en una fuente.
- 6** Cocinalas en el horno durante 30 minutos a 150 °C. Servilas con arroz blanco con salsa de tomate, o puré.

# FILET DE PESCADO A LA ESPAÑOLA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 4 filets de merluza o lenguado de 180 g cada uno
- Margarina
- 1 cebolla mediana
- 230 g de tomates
- 100 g de salsa de tomate
- 4 cucharadas de vinagre
- 1 cucharadita de pimentón
- 2 dientes de ajo machacados
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 cucharadita de comino en polvo
- 1 cucharadita de cúrcuma en polvo
- 2 claras de huevo ligeramente batidas
- 230 g de espinacas tiernas
- 4 cucharadas de alcaparras escurridas

## PREPARACIÓN

- 1** Cortó los tomates en cubos grandes y la cebolla en juliana. Mezcló en un bol, añadió el vinagre y los ajos machacados.
- 2** Calentó una sartén con una cucharada de margarina. Cuando esté derretida, bajó el fuego y colocó la mezcla del bol hasta que los tomates se ablanden.
- 3** Mezcló aparte la **MAIZENA**® y las especias. Pasó el pescado por la mezcla y sacudilo para eliminar el exceso.
- 4** Pasalo después por las claras de huevo. Freí con suficiente margarina en una sartén aparte.
- 5** Mezcló las espinacas y las alcaparras en una ensaladera. Añadió a los tomates, cuando se hayan ablandado, la salsa de tomate, mezcló e incorporó a la ensaladera.
- 6** Serví sobre el pescado.

# ROLLOS DE CARNE CON JAMÓN

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
40 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

### SALSA BLANCA

- 1 cucharada de margarina
- ½ taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de leche
- 1 pizca de pimienta
- Caldo de gallina

### ROLLOS

- ½ taza de aceite
- 6 milanesas de nalga o bola de lomo
- 1 huevo
- 6 fetas finas de jamón
- 1 paquete de rebozador
- 6 fetas de queso gruyère

## PREPARACIÓN

### SALSA BLANCA

- 1 Colocá la margarina en una sartén y agregá la **MAIZENA**® poco a poco, incorporando la leche hasta conseguir una fina salsa.
- 2 Condimentá con el caldo de gallina y pimienta a gusto.

### ROLLOS

- 3 Sumergí los filetes ligeramente en aceite hirviendo (poné y sacá).
- 4 Colocá en los filetes, por un lado, una feta fina de queso gruyère y una feta fina de jamón por el otro.
- 5 Rebozalos en huevo batido y rebozador. Freí de nuevo y colocalos en una fuente con salsa blanca.

## SUGERENCIAS

Si no encontrás queso gruyère, sustitúilo por otro queso de color amarillo, como parmesano o emmental.

# CROQUETAS DE POLLO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
50 unidades

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 5 papas
- 1 suprema de pollo cocinada con caldo de gallina y desmenuzada
- 1 cebolla mediana finamente picada
- 1 huevo cocido picado pequeño

- 3 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 huevos
- ½ taza de rebozador
- Aceite para freír
- Sal y pimienta a gusto

## PREPARACIÓN

- 1 Herví las papas y hacé un puré.
- 2 Tomá un recipiente mediano y mezclá el puré de papas, 1 huevo cocido, el pollo, la cebolla, la sal y la pimienta.
- 3 Cuando tengas una masa homogénea, formá las croquetas.

- 4 Pasalas por **MAIZENA**®, 1 huevo, escurrí y por último pasalas por el rebozador.
- 5 Calentá una cacerola con aceite y ponelas a freír hasta que estén doraditas y crujientes.

# SUPREMAS DE POLLO CON VERDURAS

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 4 supremas de pollo
- Sal y pimienta a gusto
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 cebolla picada
- 2 cucharadas de margarina
- ½ taza de vino blanco
- 1 cubito de caldo de gallina
- 1 taza de agua
- 2 zanahorias
- 2 blancos de apio
- 1 puerro
- 2 cucharadas de perejil picado
- ½ taza de leche

## PREPARACIÓN

- 1** Limpiá las supremas, condimentá con sal y pimienta y agregá la **MAIZENA**® (3 cucharadas). Dorá ligeramente en margarina por ambos lados.
- 2** Añadí la cebolla picada y rehogá 3 minutos.
- 3** Rocíá con el vino blanco y el cubito de caldo, disuelto en el agua caliente. Cociná lentamente 20 minutos.
- 4** Incorporá las zanahorias, el apio y el puerro, cortados en juliana fina, y continuá con la cocción 10 minutos más.
- 5** Disolvé la cucharada restante de **MAIZENA**® en 1/2 taza de leche y espesá toda la preparación, moviendo lentamente la olla.
- 6** Espolvoreá con perejil picado y serví.

# HAMBURGUESAS CON SALSA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- SALSA**
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ litro de caldo de carne
- 1 cucharadita de mostaza
- 2 cucharadas de aceite
- Sal y pimienta a gusto
- HAMBURGUESAS**
- ¾ kg de carne picada
- ¼ kg de papas
- 1 huevo
- 1 cucharada de margarina
- ¼ taza de leche
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 lata de arvejas

## PREPARACIÓN

- HAMBURGUESAS**
  - 1** Mezclá la carne picada con el huevo, la **MAIZENA**®, la mostaza y el aceite.
  - 2** Condimentá con sal y pimienta.
  - 3** Formá 6 hamburguesas y cocinalas a la parrilla o a la plancha.
  - 4** Hacé un puré con las papas, la margarina y la leche.
  - 5** Serví las hamburguesas con un copete de puré arriba, las arvejas alrededor, y cubrí con la salsa.
- SALSA**
  - 1** Prepará el caldo de carne y cuando hierva, espesá con **MAIZENA**® diluida en un poco de caldo de carne frío. Revolvé bien y cociná 5 minutos.

# MILANESAS ESPECIALES



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 1 kg de milanesas de galga
- Sal y pimienta a gusto
- 2 huevos
- 1 cucharada de queso rallado
- 1 cucharadita de perejil picado
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de rebozador
- Palitos para brochettes (cantidad necesaria)
- 6 papas (opcional)
- 4 huevos de codorniz (opcional)

## PREPARACIÓN

- 1** Recortá parejas las milanesas y cortalas en tiras gruesas de 3 cm. Condimentá con sal y pimienta.
- 2** Batí los huevos, agregá el queso rallado, el perejil picado y la sal.
- 3** Pasá cada milanesa por huevo, rebozá con **MAIZENA**®, pasá nuevamente por huevo y finalmente por rebozador.
- 4** Pinchá en los palitos para brochettes y freí en aceite caliente. Colocá en papel absorbente.
- 5** Serví con papas fritas y huevos de codorniz.
- 6** Se puede mezclar el rebozador con semillas de sésamo blancas.

# LOMITO DE CERDO CON CHAMPIÑONES

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 2 lomitos de cerdo grandes (1 kg)
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ taza de aceite
- 2 cebollas picadas
- 3 cucharadas de vino blanco
- Caldo de carne disuelto en ½ taza de agua caliente
- ¼ kg de champiñones pequeños
- Sal y pimienta
- 1 lata de arvejas salteadas en margarina (opcional)

## PREPARACIÓN

- 1** Cortá los lomitos por la mitad, rebozalos con **MAIZENA**® y dorá ligeramente en aceite.
- 2** Añadí las cebollas y salteá 2 minutos.
- 3** Incorporá el vino blanco y cociná 3 minutos más.
- 4** Agregá los champiñones (si son grandes, cortalos en láminas) y condimentá con sal y pimienta.
- 5** Cociná a fuego moderado, más o menos 30 minutos, hasta que la carne esté cocida.
- 6** Agregá la **MAIZENA**® disuelta en el caldo.
- 7** Espesá la salsa revolviendo suavemente.
- 8** Serví los lomitos bañados con la salsa, acompañados con las arvejas salteadas.

# CALABAZA RELLENA CON CAMARONES



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
5

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
1 hora

 PAÍS: BRASIL

 TIPO DE PLATO:  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 1 calabaza grande (2,5 kg)
- 2 cucharadas de margarina
- 400 g de camarones limpios
- 2 tazas de leche
- 2 cubitos de caldo de verdura
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®

## PREPARACIÓN

- 1 Cortá una tapa en la superficie de la calabaza y quitá las semillas. Lavá y secá la calabaza.
- 2 Untá 1 cucharada de margarina en el exterior de la calabaza, colocá la calabaza en un plato con la parte cortada hacia abajo y cocinala por 25 minutos en alta potencia en el microondas. Retirá y dejá enfriar. Reservá.
- 3 En una olla mediana, colocá la margarina y los camarones y cociná por 5 minutos.
- 4 Agregá 1 taza de la leche, los cubitos de verdura y revolvelo para que se derrita.
- 5 Disolvé la **MAIZENA**® en la taza de leche restante y agregala a la crema, revolviendo siempre hasta espesar. Reservá.
- 6 Sacá 1/2 taza de pulpa del interior de la calabaza con la ayuda de una cuchara.
- 7 Añadí la pulpa de calabaza a la olla, revolviendo suavemente.
- 8 Rellená la calabaza con la crema de camarones. Serví de inmediato.

# PECHUGA DE POLLO CON SALSA DE HIERBAS

 CANTIDAD DE PORCIONES:  
4

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
40 minutos

 PAÍS: BRASIL

 TIPO DE PLATO:  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- ½ taza de agua
- 2 caldos de gallina
- ½ taza de vino blanco seco
- 600 g de supremas de pollo cortadas en filetes medianos
- 2 cucharadas de finas hierbas
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 taza de leche
- 1 cucharada de perejil picado

## PREPARACIÓN

- 1 En una olla grande, herví el agua y disolvé los caldos de pollo. Agregá el vino y dejá hervir.
- 2 Colocá los filetes uno al lado del otro en la olla, espolvoreá las hierbas, mezclá y cociná en fuego bajo con la olla parcialmente tapada por 20 minutos o hasta que el pollo esté cocido.
- 3 Retirá los filetes y colocalos en un recipiente. Reservá.
- 4 Disolvé la **MAIZENA**® en la leche, colocá en la olla donde se cocinó el pollo y cociná a fuego mediano, mezclando siempre hasta hervir y espesar. Vertí la salsa sobre los filetes reservados, espolvoreá el perejil y serví enseguida.

## VARIACIÓN

Si preferís, agregá 50 g de queso parmesano rallado a la salsa.

## SUGERENCIAS

Serví con arroz blanco.

Si preferís, cortá la suprema de pollo en cubitos o tiras gruesas y proseguí según la receta.

# ALBÓNDIGAS DE CARNE CON SALSA ROSA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

### ALBÓNDIGAS

- 450 g de carne picada
- 1 cebolla pequeña rallada
- 2 dientes de ajo picados
- 1 cucharadita de sal
- ½ taza de **MAIZENA**®

### SALSA

- 1 cucharada de aceite de oliva o vegetal
- 1 cebolla pequeña picada finamente
- 2 cucharadas de extracto de tomate
- 1 cucharada de mostaza
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche
- ½ cucharadita de sal

## PREPARACIÓN

### ALBÓNDIGAS

- 1** Untá con margarina un molde rectangular grande (40x28 cm). Reservá.
- 2** En un bol poné la carne, la cebolla, el ajo, la sal y la **MAIZENA**® y mezclá hasta que quede homogéneo y no se pegue en las manos.
- 3** Precalentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 4** Dividí la masa de la carne en 12 porciones y hacé bolitas.
- 5** Ponelas en el molde reservado, dejando espacio entre ellas. Llevá a horno por 25 minutos o hasta que doren. Retirá y reservá.

### SALSA

- 1** Freí en aceite caliente la cebolla hasta que dore, añadí el extracto de tomate, la mostaza y dejá cocinar por 2 minutos más.
- 2** Aparte, disolvé la **MAIZENA**® en la leche junto con la sal y agregá esta mezcla a la olla, revolviendo hasta que espese. Colocá las albóndigas en una fuente y cubrilas con la salsa. Servilas enseguida.

## SUGERENCIAS

En vez de asar las albóndigas en el horno, podés freírlas en una sartén con aceite hasta que queden doradas.

# CROQUETAS DE ATÚN



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
50 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 1 lata de atún pequeña
- 1 cebolla pequeña picada finamente
- 300 g de papas
- 3 huevos

- Sal y pimienta a gusto
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de rebozador

## PREPARACIÓN

- 1** Freí la cebolla picada en 1 cucharada de aceite hasta que esté transparente.
- 2** Herví las papas y hacé un puré muy seco.
- 3** Desmenuzá bien el atún y mezclá con la cebolla, el puré de papas, 1 huevo, sal y pimienta.
- 4** Formá croquetas, pasalas por la **MAIZENA**®, 2 huevos batidos y rebozá en pan rallado.
- 5** Freí las croquetas en aceite hirviendo hasta dorar.
- 6** Serví con arroz blanco con arvejas y choclo o ensalada fresca.

# FILET DE PESCADO AL GRATÉN



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
2

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
35 minutos

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

### SALSA BLANCA

- 3 cucharadas de margarina
- 3 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche
- 1 cucharadita de sal fina
- Pimienta y nuez moscada a gusto

### FILETS

- 4 filets de pescado (merluza, lenguado, pejerrey o congrio)
- Sal fina a gusto
- Jugo de limón a gusto
- Margarina
- 2 cucharadas colmadas de queso rallado

## PREPARACIÓN

### SALSA BLANCA

- 1 Derretí la margarina, agregá la **MAIZENA**® y cociná 2 minutos, revolviendo continuamente.
- 2 Agregá leche poco a poco, revolviendo rápidamente. Cociná a fuego mediano, sin dejar de revolver, y herví 2 ó 3 minutos. Condimentá con sal, pimienta y nuez moscada.

### FILETS

- 1 Condimentá los filets con sal y limón.
- 2 Acomodalos en una fuente de horno.
- 3 Cubrí con 2 tazas de salsa blanca, colocá por encima unos trocitos de margarina y espolvoreá con el queso rallado.
- 4 Cociná 20 minutos en horno moderado a 120 °C. Serví acompañado de papas hervidas.

# CUCURUCHO DE REMOLACHA Y POLLO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12 panqueques

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

### MASA

- 1 huevo
- 1 taza de **MAIZENA**® (120 g)
- ½ taza de leche (125 ml)
- 1 atado de remolacha grande
- Sal, pimienta y nuez moscada a gusto

### RELLENO

- ½ pollo hervido deshuesado y en trocitos (500 g)

- ½ taza de blanco de apio en rodajas finitas (80 g)
- 1 manzana pequeña cortada en cubitos (120 g)
- Nueces en trocitos (50 g)

### SALSA

- 4 cucharadas de vino blanco (50 ml)
- 8 cucharadas de mayonesa (120 g)
- ¾ taza de crema (100 g)

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Herví la remolacha en la leche hasta que esté cocida. Reservá una taza de líquido y dejá enfriar.
- 2 Mezclá en un bol el huevo, la **MAIZENA**®, la leche donde se coció la remolacha y la sal, pimienta y nuez moscada.
- 3 Hacé 12 crepes.

### RELLENO

- 1 Dorá ligeramente los trocitos de pollo en aceite caliente y dejá enfriar. Luego mezclá con el apio, las manzanas y las nueces.
- 2 Uní los ingredientes de la salsa y agregá una parte al relleno.
- 3 Colocá 2 cucharadas de relleno en cada crepe y enrollá formando un cucurucho.
- 4 Disponé en una fuente y serví con el resto de la salsa.

# EMPANADAS DE CARNE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 5 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

### RELLENO

- 2 cucharadas de aceite
- ½ kg de bola de lomo o nalga cortada en cubos pequeños
- 1 cebolla mediana picada
- 2 tomates medios, sin piel y sin semillas, picados
- ½ ají verde
- ½ ají rojo
- ½ cucharadita de sal
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 3 cucharadas de agua
- 2 huevos cocidos y picados

### MASA

- 3 tazas de harina de trigo
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de aceite
- 1 taza de agua fría
- 1 cucharadita de sal

### PARA PINTAR

- 1 yema

## PREPARACIÓN

### RELLENO

- 1 En una olla, calentá el aceite a fuego medio y salteá la carne hasta que pierda su color rojo.
- 2 Añadí la cebolla y los tomates y freí por 3 minutos.
- 3 Agregá los ajíes y la sal y salteá por 3 minutos más o hasta que la carne quede blanda.
- 4 Disolvé la **MAIZENA**® en el agua y vertí a la mezcla mientras se saltea.
- 5 Retirá del fuego y dejá enfriar. Agregá los huevos y reservá.

### MASA

- 1 Untá con aceite dos asaderas grandes (40x28 cm).
- 2 En un bol grande, tamizá la harina, la **MAIZENA**® y la sal.
- 3 Añadí el aceite y el agua y amasá delicadamente, con las puntas de los dedos, hasta obtener una masa firme que se despegue de las manos.
- 4 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 5 Estirá la masa, cortá 12 discos (15 cm de diámetro) y distribuí el relleno en el centro de cada disco.
- 6 Cerrá formando una empanada, pegando los bordes y presionando con los dedos. Colocalas en las asaderas y pintá con la yema. Llevá a horno por 25 minutos o hasta que dore.

# PAQUETITOS DE POLLO CON SALSA VERDE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12 paquetitos

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
40 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

### SALSA VERDE

- 2 paquetes de espinaca
- ½ litro de leche
- ½ taza de crema
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- Sal, pimienta y nuez moscada a gusto

### MASA

- 1 huevo
- 1 taza de **MAIZENA**® (120 g)
- 1 taza de leche (250 ml)
- Sal y pimienta

### RELLENO

- 1 cebolla
- 1 cebolla de verdeo
- 1 cucharada de margarina
- 3 supremas de pollo en trocitos
- 1 cucharada de vino blanco
- 1 cubito de caldo de gallina
- ¾ taza de leche
- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- Ramitas de cebollín

## PREPARACIÓN

### SALSA VERDE

- 1 Licuá las espinacas apenas hervidas junto con la leche.
- 2 Herví espesando con la **MAIZENA**® disuelta en la crema y condimentá con sal, pimienta y nuez moscada.

### MASA

- 1 Batí el huevo en un bol, agregá la **MAIZENA**® poco a poco, sal, pimienta y la leche, mezclando muy bien.
- 2 Prepará 12 crepes medianos, revolviendo la preparación cada vez que saques una porción.

### RELLENO

- 1 Rehogá en la margarina las cebollas picadas, añadí el pollo y salteá un minuto.
- 2 Incorporá el vino y el cubito de caldo de gallina disuelto en 1/4 taza de agua.
- 3 Cociná lentamente 10 minutos, añadí la leche y espesá con **MAIZENA**®.
- 4 Condimentá y colocá 2 cucharadas de relleno sobre cada crepe y formá paquetitos, atándolos con una ramita de cebollín.
- 5 Colocá en un recipiente untado con margarina.
- 6 Calentá y servilos con la salsa verde.

# SOPA DE POLLO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
40 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Carnes, pollos y pescados

## INGREDIENTES

- 2 cucharadas de aceite
- ½ kg de pollo cortado en pedazos medianos
- 1 cebolla grande picada
- 3 dientes de ajo picados
- 3 tomates medianos picados
- 2 zanahorias cortadas en cubos
- 1 taza de granos de choclo
- 4 tazas de agua
- 1 ½ cucharadita de sal
- Sal y pimienta a gusto
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ taza de perejil picado

## PREPARACIÓN

- 1** En una olla, calentá el aceite a fuego medio y dorá el pollo. Añadí la cebolla, el ajo y salteá hasta que dore. Agregá los tomates, las zanahorias y los choclos.
- 2** Colocá 3 tazas del agua, la sal y la pimienta y cociná por 25 minutos o hasta que la zanahoria quede blanda y el pollo esté cocido.
- 3** Disolvé la **MAIZENA**® en el agua restante y vertila a la sopa, mezclando delicadamente, hasta que espese.
- 4** Añadí el perejil y cociná por 3 minutos más.
- 5** Serví enseguida.

# PASTAS, PANES, MASAS Y ARROLLADOS

# CREPES DE JAMÓN Y QUESO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

### SALSA

- 2 tazas de salsa lista de tomate

### CREPES

- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de leche
- 1 huevo
- 1 pizca de caldo de gallina granulado
- 3 cucharadas de margarina

### RELLENO

- 2 cebollas picadas
- 1 cucharadita de margarina
- 200 g de jamón o panceta
- 200 g de queso blanco
- 3 cucharadas de queso rallado

## PREPARACIÓN

### CREPES

- 1 Derretí la margarina en una sartén y luego licuá con la **MAIZENA**®, la leche, el huevo y el caldo de pollo.
- 2 En la misma sartén donde se derritió la margarina colocá una pequeña cantidad de la mezcla y hacé los crepes o panqueques.

### RELLENO

- 1 Salteá el jamón y la cebolla en margarina.
- 2 Poné en cada panqueque una pequeña cantidad de jamón, cebolla, queso blanco y queso rallado y enrollá.
- 3 Colocá los panqueques en una cacerola para calentarlos y derretir el queso. Serví con la salsa de tomate.

# TALLARINES CON SALSA DE CHAMPIÑONES Y CUATRO QUESOS

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
2

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
40 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 450 g de tallarines
- 2 cucharadas de margarina
- 1 diente de ajo picado
- 1 cebolla pequeña picada
- 1 sobre de sopa crema de champiñones
- 2 tazas de leche

- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 fetas de queso amarillo
- 2 cucharadas de queso blanco
- 2 fetas de queso cheddar
- 115 g de queso parmesano
- 2 tazas de agua
- Sal

## PREPARACIÓN

- 1 Poné al fuego una olla grande con agua y sal. Mientras el agua hierve, picá la cebolla y el ajo, y freí en la margarina.
- 2 Agregá los tallarines al agua hirviendo y cociná durante 10 minutos.
- 3 Añadí a la fritura de cebolla y ajo la sopa crema de champiñones disuelta en leche.
- 4 Una vez que esté caliente la crema, añadí uno a uno los quesos (excepto el parmesano) y cociná a fuego muy lento; remové muy bien hasta que se fundan y luego agregá la **MAIZENA**® mezclada con un poco de leche, hasta obtener una salsa espesa.
- 5 Escurrí la pasta y volcalá en un recipiente. Agregá la salsa y remové.
- 6 Colocá encima el queso parmesano rallado y horneá a 100 °C de 5 a 10 minutos.
- 7 Acompañá con ensalada verde.

# ESPAQUETIS CON CAMARONES Y SALSA BLANCA

 CANTIDAD DE PORCIONES:  
4

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
30 minutos

 REGIÓN: AMÉRICA CENTRAL

 TIPO DE PLATO:  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

### SALSA BLANCA

- 4 cucharadas de margarina
- 6 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche bien caliente

### PASTA

- 450 g de espaguetis cocidos al dente
- 2 cucharadas de margarina
- 450 g de camarones
- 2 cucharadas de perejil picado
- 2 tazas de salsa blanca
- 1 cubito de caldo de gallina
- Agua
- Sal a gusto

## PREPARACIÓN

- 1 Cocinó los fideos en agua hasta que queden al dente.
- 2 Para la salsa blanca, poné en una cacerola la margarina y cuando se derrita agregó la **MAIZENA**® y poco a poco la leche, moviendo constantemente.
- 3 Cocinó durante 5 minutos y retiró del fuego.
- 4 Cocinó durante 5 minutos los camarones con la salsa blanca, agregó el perejil y condimentó con el caldo de gallina.
- 5 Serví los fideos bañados con salsa.

## SUGERENCIAS

La expresión “al dente” se refiere al punto de cocción de los fideos. Entonces, para que tu pasta quede al dente, sacala del agua mientras aún esté firme, nunca cuando esté totalmente ablandada.

# FIDEOS CODITOS GRATINADOS



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
2

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
30 minutos

 PAÍS: COLOMBIA

 TIPO DE PLATO:  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

### SALSA BLANCA

- 1 cucharada de margarina
- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche
- Sal, pimienta y nuez moscada a gusto

### PASTA

- 450 g de fideos tipo coditos cocidos al dente
- 5 cucharadas de queso parmesano rallado
- Nuez moscada y pimienta a gusto
- 3 cucharadas de margarina derretida

## PREPARACIÓN

### SALSA BLANCA

- 1 Derretí la margarina, agregó la **MAIZENA**® y cocinó 2 minutos, revolviendo continuamente.
- 2 Incorporó la leche poco a poco, hasta que hierva y espese.
- 3 Condimentó con sal, pimienta y nuez moscada a gusto.

### PASTA

- 1 Poné los fideos coditos en una fuente untada con la margarina y mezclalos con la mitad de la salsa blanca.
- 2 Condimentó con parte del queso, la pimienta y la nuez moscada y cubrió con el resto de la salsa.
- 3 Agregó la margarina derretida por encima y espolvoreó con el queso restante.
- 4 Llevó a horno a 260 °C por 15 minutos.

## SUGERENCIAS

La expresión “al dente” se refiere al punto de cocción de los fideos. Entonces, para que tu pasta quede al dente, sacala del agua mientras aún esté firme, nunca cuando esté totalmente blanda.

# ÑOQUIS DE PAPA Y MAIZENA®



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
4

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
30 minutos

 PAÍS: ARGENTINA

 TIPO DE PLATO:  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 1 ½ kg de papas
- 120 g de **MAIZENA**®
- 240 g de harina
- 1 huevo
- 1 cucharadita de margarina
- Sal y pimienta a gusto

## PREPARACIÓN

- 1 Herví las papas con piel en el agua y sal hasta que estén bien cocidas. Escurrelas, pelalas y hacelas puré.
- 2 Colocá el puré de papa recién hecho en un bol y agregá la **MAIZENA**® tamizada con la harina, el huevo, la margarina, la sal y la pimienta a gusto.
- 3 Uní todos los ingredientes formando una masa.
- 4 Dividí en bollitos y dejá enfriar sobre la mesa espolvoreada con harina.
- 5 Estirá y formá tiras redondas con la palma de la mano sobre la mesa enharinada.
- 6 Cortá pequeños dados y pasalos por un tenedor o ñoquera formando los ñoquis.
- 7 Cociná y retiralos cuando suban a la superficie.
- 8 Colalos y ponelos en un recipiente.
- 9 Serví con margarina y queso rallado o salsa a gusto.

# PAN CASERO CON PANCETA



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
20

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
1 hora y 45 minutos

 PAÍS: ARGENTINA

 TIPO DE PLATO:  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 25 g de levadura
- 1 taza de leche fría
- 1 ⅓ taza de **MAIZENA**® (180 g)
- 1 ½ taza de harina de trigo (240 g)
- 2 cucharadas de sal
- 200 g de margarina
- 3 huevos
- 100 g de panceta frita y picada
- ½ taza de queso rallado

## PREPARACIÓN

- 1 Disolvé en un bol la levadura con la leche tibia y una taza de harina, mezclando bien con un tenedor.
- 2 Cubrí el bol con un trapo y dejá levar en un lugar templado hasta que alcance el doble de su volumen.
- 3 Retirá, añadi la harina restante tamizada con la **MAIZENA**® y sal, intercalando con la margarina y los huevos.
- 4 Mezclá muy bien la masa y por último agregá el queso rallado y la panceta.
- 5 Colocá en un molde de budín inglés mediano, untado con la margarina y enharinado.
- 6 Cociná en horno de temperatura regular 45 minutos.
- 7 Dejá enfriar y serví solo, en porciones, o untado con salsas frías.

# PAN LACTAL



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
1 pieza de 1 kg

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- Leche, cantidad necesaria
- 50 g de levadura
- 10 g de sal
- 1 cucharada de azúcar
- 200 g de **MAIZENA**®
- 200 g de harina de mandioca
- 150 g de leche en polvo
- 1 huevo
- 6 cucharadas de aceite

## PREPARACIÓN

- 1** Entibí un poco la leche, agregá la levadura, la sal y el azúcar, y dejá espumar.
- 2** Mezclá la **MAIZENA**®, la harina de mandioca y la leche en polvo en un bol, agregá el huevo, el aceite y la espuma que se formó con la levadura y mezclá todo.
- 3** La masa debe quedar semi espesa, no dura como para amasar (una masa que se pueda batir con cuchara, no muy acuosa).
- 4** Untá con la margarina la base y los costados de un molde de budín inglés.
- 5** Envolvé la budinera con un film y tapala con un trapo, reservá en un lugar caliente para que fermente, puede ser arriba del horno, aproximadamente 20–25 minutos, y cociná a horno muy bajo, aproximadamente 30–40 minutos.

## SUGERENCIAS

En caso de que no encuentres la harina de mandioca, sustitúila por puré de papas instantáneo. Y el aceite de maíz puede ser sustituido por aceite de mezcla.

# PANCITOS CASEROS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
24 pancitos

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
35 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 1 taza de **MAIZENA**® (120 g)
- 2 tazas de harina (240 g)
- 1 cucharadita de sal
- 4 ½ cucharaditas de polvo de hornear
- 1 taza de crema de leche
- 1 taza de leche

## PREPARACIÓN

- 1** Tamizá la **MAIZENA**® con la harina, sal y el polvo de hornear.
- 2** Hacé un hueco en el centro y vertí la crema y la leche poco a poco, mezclando muy bien todos los ingredientes, sin trabajarlos demasiado.
- 3** Estirá la masa sin apretarla, de 1,5 cm de espesor, y cortá pancitos con un corta pastas ovalado.
- 4** Colocalos en un recipiente de horno untado con la margarina y enharinado y cociná en horno caliente por 15 minutos hasta que estén dorados.
- 5** Retirá y pasá la parte superior de los pancitos por la leche cremosa (2 cucharadas de crema mezcladas con 1 cucharada de leche).
- 6** Serví tibios o fríos con margarina, mermelada, fiambres, quesos, mayonesa o pollo.

# PANQUEQUES DE DULCE DE LECHE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12 panqueques

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
20 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 1 huevo
- 1 taza de **MAIZENA**® (120 g)
- 100 g de margarina
- 1 taza de leche (250 ml)
- Dulce de leche (a gusto)

## PREPARACIÓN

- 1** Batí el huevo en un bol. Agregá la **MAIZENA**® poco a poco y agregá la leche, mezclando muy bien con un batidor para que se disuelva bien la preparación.
- 2** Calentá una sartén pequeña o panquequera a fuego mediano, derretí un poco de margarina y extendela.
- 3** Revolvé bien la preparación hasta el fondo del bol, y sacá 1/2 cucharón de pasta.
- 4** Colocá la pasta en la sartén e incliná rápidamente en todas las direcciones hasta que una delgada capa de pasta cubra la base.
- 5** Freí el panqueque hasta que los extremos se doren, despegá con una espátula y dalo vuelta dorando el otro lado.
- 6** Cuando esté listo, colocalo en un plato y rellenaló con dulce de leche.

# PIZZA A LA MAIZENA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
1 pizza

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 2 tazas de harina
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 2 cucharadas de polvo de hornear
- 1 cucharadita de sal
- 1 taza de agua fría
- 1 cucharada de aceite

## PREPARACIÓN

- 1** Encendé el horno.
- 2** Tamizá en un bol la harina, la **MAIZENA**®, el polvo de hornear y la sal.
- 3** En el centro, colocá el agua fría y el aceite; uní todo bien con un tenedor.
- 4** En una pizzera de 30 cm de diámetro vertí 4 cucharadas de aceite y extendé el bollo, acomodándolo con la palma de la mano hasta los bordes del molde.
- 5** Presioná sobre toda la superficie con la yema de los dedos.
- 6** Cociná en horno caliente alrededor de 15 minutos.
- 7** Mientras tanto, prepará una salsa de tomates, colocala sobre la masa ya cocida y condimentala con orégano y ají molido.
- 8** Completá la pizza a gusto, ya sea con fetas de mozzarella o queso crema y anchoas, jamón, aceitunas, etc.
- 9** Horneá unos minutos más hasta que el queso se derrita.

# PAN DE CALABAZA CON DULCE DE LECHE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
20 piezas

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 50 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- ½ kg de calabaza cortada en cubos
- 15 g de levadura
- ½ taza de azúcar
- ½ taza de leche tibia
- 3 tazas de harina de trigo
- 1 huevo
- ½ cucharadita de sal

- 100 g de margarina
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 pote de dulce de leche

### PARA UNTAR Y ENHARINAR

- Margarina, harina de trigo

### PARA PINTAR

- 1 yema

## PREPARACIÓN

- 1 En una olla mediana, colocá la calabaza, cubrí con agua, llevá a fuego medio y cociná hasta que esté blanda. Escurrí la calabaza y amasala. Reservá.
- 2 En un recipiente, colocá la levadura, el azúcar y mezclá hasta que esté líquido.
- 3 Adicioná la leche tibia y 1/2 taza de la harina. Mezclá, cubrí y dejá reposar por 15 minutos.
- 4 Agregá el huevo, la sal, la margarina, el azúcar restante, la **MAIZENA**® y la calabaza reservada, y mezclá con una cuchara hasta que la masa esté pastosa.
- 5 Adicioná, poco a poco, el resto de la harina y amasá hasta que se desprege de las manos.
- 6 Colocá la masa sobre una superficie enharinada y amasá hasta que esté lisa. Cubrila y dejala reposar por 30 minutos o hasta que alcance el doble de su volumen.
- 7 Untá con margarina y enhariná 2 moldes rectangulares grandes (40x28 cm).
- 8 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 9 Dividí la masa en 20 porciones. Abrí cada porción en la palma de la mano y distribuí el dulce de leche entre ellas. Cerrá la masa, modelando en el formato de pelotas pequeñas.
- 10 Colocá los panes en los moldes, uno al lado del otro dejando un espacio de 4 cm entre ellos. Cubrilos y dejalos reposar por 15 minutos.
- 11 Pintá con la yema y llevá a horno por 20 minutos o hasta que dore la superficie. Serví caliente o frío.

# PAN DE MIEL RELLENO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
40 piezas

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 15 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

### MASA

- 3 yemas
- 1 taza de azúcar
- ½ taza de azúcar negra
- 1 taza de leche tibia
- ½ taza de miel
- 2 cucharaditas de canela en polvo
- 2 cucharaditas de clavo de olor en polvo
- 2 tazas de harina de trigo

- 1 taza de **MAIZENA**®

- ½ taza de aceite
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 3 claras batidas a punto nieve

### RELLENO

- 600 g de dulce de leche
- 1 ½ taza de nueces picadas

### COBERTURA

- 400 g de chocolate con leche derretido
- 400 g de chocolate amargo derretido

### PARA UNTAR Y ENHARINAR

- Margarina
- Harina de trigo

### PARA FORRAR

- Papel manteca

## PREPARACIÓN

- 1 Untá con la margarina y enhariná 40 moldes para pan de miel (7 cm de diámetro). Reservá.
  - 2 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- ### MASA
- 1 Batí en la batidora las yemas, el azúcar, el azúcar negra, la leche, la miel, la canela y el clavo de olor.
  - 2 Agregá la harina, la **MAIZENA**® y el aceite, batiendo hasta que la masa esté homogénea.
  - 3 Retirá de la batidora, añadí el bicarbonato, el polvo de hornear y las claras, y mezclá delicadamente.
  - 4 Colocá en los moldes reservados y llevá al horno por 25 minutos o hasta que al introducir un palillo en la masa, salga limpio. Desmoldá y reservá hasta enfriar.
- ### RELLENO
- 1 En un recipiente, mezclá el dulce de leche y las nueces.
  - 2 Cortá cada pan de miel al medio. Distribuí el relleno en una de las partes y cubrí con la otra mitad.
- ### COBERTURA
- 1 En un bol, mezclá el chocolate con leche y el chocolate amargo.
  - 2 Bañá el pan de miel con el chocolate por completo. Dejalo escurrir y colocalo sobre una superficie forrada con papel manteca para secar. Después de secos, cortá los excesos con una tijera. Serví enseguida.

## PANQUEQUES DE ESPINACA CON TOMATE Y SARDINAS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
15 unidades

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
40 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

### INGREDIENTES

#### SALSA

- 1 lata de salsa de tomate

#### MASA

- 1 ½ taza de leche
- 1 huevo
- 1 cucharadita de sal
- 1 ½ taza de harina de trigo
- ½ taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de hojas de espinaca

#### RELLENO

- 1 cucharada de aceite
- 1 cebolla pequeña picada
- 2 tomates grandes, sin piel y sin semillas, cortados en cubos medianos
- 2 latas de sardina en aceite, escurridas y limpias
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ taza de agua
- ½ cucharadita de sal

#### PARA UNTAR

- Aceite

### PREPARACIÓN

#### MASA

- 1 Batí en la licuadora la leche, el huevo, la sal, la harina, la **MAIZENA**® y la espinaca por 2 minutos o hasta que forme una masa levemente cremosa y homogénea.
- 2 Dejela reposar por 10 minutos.
- 3 Untá y calentá una sartén pequeña (12 cm de diámetro) a fuego medio y colocá una porción de masa suficiente para formar una capa fina que cubra el fondo de la sartén.
- 4 Freí de un lado y volteá para freír del otro.
- 5 Colocá en un plato y continuá esta operación hasta que termines la masa. Reservá.

#### RELLENO

- 1 En una olla, calentá el aceite a fuego medio y dorá la cebolla. Juntá los tomates y salteá por 3 minutos.
- 2 Añadí las sardinas y salteá por 2 minutos más.
- 3 Disolvé la **MAIZENA**® en el agua, añadí la sal y agregá al saltado.
- 4 Mezclá delicadamente hasta que esté cremoso.
- 5 Distribuí un poco de relleno en cada disco de masa y enrollá como panqueques.
- 6 Colocá los panqueques en un plato grande y reservá.
- 7 En una olla, calentá la salsa de tomate y cubrí los panqueques. Serví enseguida.

## ÑOQUIS CON SALSA DE ZANAHORIA, ARVEJAS Y JAMÓN



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

### INGREDIENTES

#### SALSA

- 3 cucharadas de margarina
- 1 cebolla pequeña picada
- 2 dientes de ajo picados
- 1 zanahoria rallada gruesa
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche

- 100 g de jamón rallado grueso
- 1 lata de arvejas escurridas
- ½ cucharadita de sal

#### MASA

- ½ kg de papas cortadas en cubos medianos
- 1 cucharada de margarina
- 1 taza de **MAIZENA**®

#### PARA UNTAR

- Margarina

### PREPARACIÓN

#### SALSA

- 1 En una olla, calentá la margarina a fuego medio y rehogá la cebolla y el ajo hasta que dore.
- 2 Juntá la zanahoria y freí por 3 minutos más. Disolvé la **MAIZENA**® en la leche y juntá al salteado, mezclando siempre hasta que espese.
- 3 Agregá el jamón, las arvejas y la sal y mezclá delicadamente.

#### MASA PARA ÑOQUIS

- 1 Cociná las papas en agua y sal hasta que estén blandas. Escurrelas y pasalas todavía calientes por un pisapapas. Mezclá hasta obtener un puré. Dejalo enfriar.
- 2 Juntá la margarina y la **MAIZENA**® y mezclá hasta obtener una masa lisa y homogénea. Reservá.
- 3 Untá con margarina una fuente rectangular mediana (31x19 cm).
- 4 Separá porciones de masa y modelá cordones, cortalas en pedazos con 1,5 cm de largo y presioná levemente la superficie con la punta del dedo.
- 5 En una olla, colocá agua y llevá a fuego medio hasta que hierva.
- 6 Vertí los ñoquis y cocinalos unos minutos. Cuando suban a la superficie retíralos con una espumadera y colocá en una fuente. Reservá.
- 7 Cubrí los ñoquis con la salsa y serví enseguida.

# PIZZA EN BOLITAS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
16

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
2 horas y 45 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>MASA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 30 g de levadura</li> <li>▪ 1 cucharada de azúcar</li> <li>▪ 1 ½ taza de leche</li> <li>▪ 4 tazas de harina de trigo</li> <li>▪ 100 g de margarina</li> <li>▪ 2 huevos</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 ½ taza de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ 2 cucharaditas de sal</li> </ul> <p><b>RELLENO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 3 cucharadas de albahaca picada</li> <li>▪ 200 g de queso provolone rallado grueso</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 200 g de chorizo rallado grueso</li> </ul> <p><b>PARA CUBRIR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 lata de salsa de tomate</li> <li>▪ 200 g de queso mozzarella rallado grueso</li> </ul> <p><b>PARA PINTAR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 yema batida</li> </ul> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- MASA**
- 1 En un bol grande, colocá la levadura y el azúcar y mezclá hasta que esté líquido.
  - 2 Calentá 1 taza de leche hasta que esté tibia y juntá a la mezcla de la levadura. Adicioná 1/2 taza de la harina. Mezclá, cubrí y dejá reposar por 15 minutos.
  - 3 Añadí la margarina, los huevos, la leche restante, la **MAIZENA**® y la sal. Mezclá con una cuchara hasta que esté pastoso.
  - 4 Adicioná, poco a poco, la harina restante y amasá hasta que se suelte de las manos.
  - 5 Enhariná una superficie seca, colocá la masa y amasá bien hasta que esté lisa. Cubrí y dejá reposar por 1 hora o hasta que alcance el doble de su volumen.
- RELLENO**
- 1 En un bol, mezclá la albahaca, el queso y el chorizo. Reservá.
  - 2 Untá 2 moldes para pizza grande (35 cm de diámetro). Reservá.
  - 3 Dividí la masa en 100 porciones. Distribuí el relleno entre las porciones de masa y modelá en el formato de bolitas.
  - 4 Colocá 50 bolitas en uno de los moldes reservados, colocando una al lado de la otra. Repetí la operación con las bolitas restantes en el otro molde reservado. Cubrí y dejá reposar por 30 minutos o hasta que alcance el doble de su volumen.
  - 5 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
  - 6 Pintalas con la yema y llevá a horno por 25 minutos o hasta que dore.
  - 7 Retirá del horno, cubrí con la salsa y espolvoreá el queso mozzarella. Llevá nuevamente a horno por 10 minutos más o hasta que el queso se derrita. Serví enseguida.

## SUGERENCIAS

Si no encontrás queso tipo provolone, sustitúilo por queso tipo mozzarella.

# CINTITAS DE CREPES GRATINADOS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>SALSA BLANCA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 3 tazas de leche</li> <li>▪ 3 cucharaditas de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ 1 cubito de caldo de gallina</li> <li>▪ Nuez moscada a gusto</li> </ul> <p><b>SALSA DE TOMATE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 cebolla picada</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 cucharada de aceite de maíz</li> <li>▪ 5 tomates sin semilla y picados (1 taza)</li> <li>▪ 1 cubito de caldo de gallina</li> <li>▪ Azúcar y laurel a gusto</li> </ul> <p><b>MASA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 huevos</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 tazas de <b>MAIZENA</b>® (240 g)</li> <li>▪ 2 tazas de leche</li> <li>▪ 2 cubitos de caldo de gallina</li> </ul> <p><b>VIARIOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 150 g de jamón cocido cortado en tiritas</li> <li>▪ ½ taza de queso rallado</li> </ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- SALSA BLANCA**
- 1 Poné a hervir la leche y cuando rompa el hervor agregá el cubito de caldo de gallina y la **MAIZENA**® disuelta en 1/4 taza de leche fría.
  - 2 Revolvé bien y dejalo hervir durante 3 minutos para espesar. Condimentá con nuez moscada.
- SALSA DE TOMATE**
- 1 Salteá 1 cebolla picada en 1 cucharada de aceite de maíz, añadí los tomates picados, el caldo de gallina, el azúcar y el laurel. Dejalo hervir durante 20 minutos.
- MASA**
- 1 Disolvé los cubitos de caldo en dos tazas de leche, una caliente y la otra fría.
  - 2 Batí los huevos en un bol y agregá la **MAIZENA**® poco a poco, alternando la leche fría y la leche caliente. Prepará 16 crepes grandes. Cortá los crepes en forma de cintitas.
- ARMADO**
- 1 Colocá en un recipiente de horno untado con la margarina, una tercera parte de cintitas de crepes y de jamón cocido, espolvoreá con queso rallado y cubrí con una parte de salsa blanca y salsa de tomate.
  - 2 Repetí la operación dos veces más y terminá espolvoreando con queso rallado. Gratiná en horno fuerte a 177 °C.

# FIDEOS CARACOLITOS A LA COLOMBIANA

 CANTIDAD DE PORCIONES:  
4

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
45 minutos

 PAÍS: COLOMBIA

 TIPO DE PLATO:  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 2 tazas de fideos caracolitos cocidos
- ½ cebolla cabezona finamente picada
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 2 cucharadas de margarina
- 1 zanahoria picada en cubitos
- 3 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 taza de leche
- 1 ½ taza de agua
- 2 huevos batidos
- 3 cucharadas extracto de tomate
- Sal a gusto
- 1/3 taza de albahaca picada en trozos

## PREPARACIÓN

- 1 En una sartén calentá la margarina para saltear el ajo y la cebolla.
- 2 Luego añadí la **MAIZENA**® y mezclá todo muy bien.
- 3 Poco a poco agregá la leche con el agua, sin dejar de revolver, hasta disolver los grumos que se formen.
- 4 Agregá la zanahoria con la pasta de tomate y dejá cocinar a fuego bajo por 5 minutos.
- 5 Añadí los huevos batidos, mezclá y adicioná los fideos caracolitos.
- 6 Al final, agregá la albahaca, mezclá todo y cociná por 5 minutos más.
- 7 Serví esta pasta caliente.

# BOLITAS DE ARROZ ASADAS



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
30

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
50 minutos

 PAÍS: MÉXICO

 TIPO DE PLATO:  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- 2 tazas de arroz cocido
- ½ taza de queso rallado
- ½ taza de leche
- 2 huevos
- 2 cucharadas de perejil picado
- ½ taza de **MAIZENA**®
- ½ taza de harina de trigo
- 1 cucharada de polvo de hornear

### PARA UNTAR Y ENHARINAR

- Margarina
- Harina de trigo

## PREPARACIÓN

- 1 Untá y enhariná un molde rectangular grande (40x28 cm). Reservá.
- 2 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 3 En un bol, colocá el arroz cocido, el queso, la leche, los huevos, el perejil, la **MAIZENA**® y la harina y mezclá hasta que quede homogéneo. Añadí el polvo de hornear, mezclá y dejá reposar por 10 minutos.
- 4 Con ayuda de 2 cucharas modelá las bolitas y colocalas en el molde reservado. Llevá a horno caliente por 20 minutos o hasta que dore levemente.
- 5 Retirá del horno y serví enseguida.

# BUÑUELOS SOUFFLÉ



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
25 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

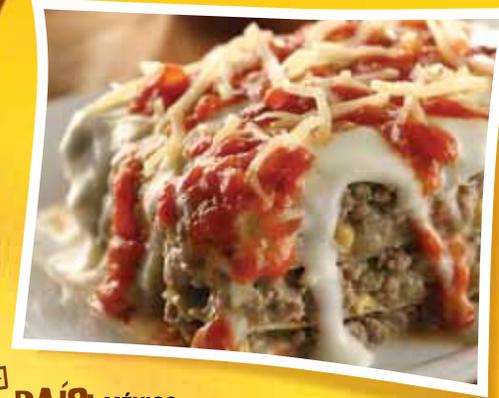
## INGREDIENTES

- 50 g de margarina
- ½ taza de leche
- ½ taza de agua
- 1 ¼ taza de **MAIZENA**®
- 2 cucharaditas colmadas de polvo de hornear
- 4 huevos
- Ralladura de 1 limón
- Aceite para freír (cantidad necesaria)
- Azúcar impalpable para espolvorear
- Crema pastelera o dulce de leche para rellenar

## PREPARACIÓN

- 1 Poné a hervir en una cacerola la margarina, la leche y el agua.
- 2 Cuando hierva, agregá la **MAIZENA**® mezclada con el polvo de hornear y revolvé rápidamente para que no se hagan grumos.
- 3 Retirá del fuego.
- 4 Incorporá la ralladura de limón y los huevos uno por uno, mezclando la PREPARACIÓN con cuchara de madera y mové la masa 5 minutos.
- 5 Formá bolitas con dos cucharitas y echá en el aceite caliente, cocinando a fuego medio hasta dorar de ambos lados.
- 6 Colocá sobre papel y espolvoreá con azúcar impalpable, rellená con crema pastelera o dulce de leche.

# LASAÑA CRIOLLA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 15 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>SALSA BLANCA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Margarina (50 g)</li> <li>▪ ½ cucharada de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ 1 ½ taza de leche</li> <li>▪ Sal, pimienta y nuez moscada</li> </ul> <p><b>SALSA DE TOMATE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 taza de tomate sin semillas y picados en cubitos</li> <li>▪ 1 cebolla picada salteada en aceite</li> </ul> | <p><b>MASA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 huevo</li> <li>▪ 1 taza de <b>MAIZENA</b>® (120 g)</li> <li>▪ Leche (250 ml)</li> <li>▪ Sal y pimienta</li> </ul> | <p><b>RELLENO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 cebollas picadas</li> <li>▪ 5 cucharadas de aceite</li> <li>▪ Carne picada (½ kg)</li> <li>▪ Sal y pimienta</li> <li>▪ ½ cucharadita de pimentón</li> <li>▪ 1 ½ cucharada de <b>MAIZENA</b>® (15 g)</li> <li>▪ 2 huevos duros en trocitos</li> <li>▪ Aceitunas (50 g)</li> </ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>SALSA BLANCA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Derretí la margarina, agregá la <b>MAIZENA</b>®, revolviendo continuamente, y cociná 2 minutos.</li> <li>2 Incorporá la leche de a poco, hasta que hierva y espese, y condimentá.</li> </ol> <p><b>MASA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Batí el huevo en un bol, agregá la <b>MAIZENA</b>® de a poco y la leche, mezclando bien con batidor, para que la preparación quede homogénea. Condimentá.</li> <li>2 Prepará crepes en una sartén grande (aproximadamente rinde 7 crepes).</li> </ol> | <p><b>RELLENO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Salteá la cebolla en el aceite. Añadí la carne picada y cociná 5 minutos.</li> <li>2 Condimentá con sal, pimienta y pimentón. Retirá del fuego.</li> <li>3 Agregá la <b>MAIZENA</b>®, mezclando bien, los huevos picados y las aceitunas.</li> </ol> <p><b>ARMADO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Cortá los crepes en rectángulos, colocá en una bandeja untada con margarina y cubrí con el relleno de carne. Tapá con otro crepe y volvé a rellenar y así sucesivamente hasta terminar los crepes y el relleno.</li> <li>2 Precalentá el horno a 150 °C. Prepará la salsa de tomate, aceite y cebolla y condimentá. Horneá 40 minutos hasta que se dore.</li> </ol> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

# MIL HOJAS DE PANQUEQUES



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 10 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

### CREPES

- 2 huevos
- 2 tazas de **MAIZENA**® (240 g)
- ½ litro de leche
- 1 cucharadita de sal

### RELLENO

- 200 g de jamón cocido en fetas
- 1 taza de queso crema sin sal
- 1 cucharada de cebollín picado
- 250 g de champiñones
- 1 taza de requesón
- 50 g de aceitunas verdes en trocitos
- 2 cucharadas de albahaca picada
- 200 g de tomatitos cherry
- Mayonesa (cantidad necesaria)
- 2 huevos duros

## PREPARACIÓN

### CREPES

- 1 Batí los huevos con la sal en un bol, agregá la **MAIZENA**® de a poco y la leche, mezclando muy bien con batidor para que la preparación quede homogénea.
- 2 Hacé los crepes como de costumbre, revolviendo la preparación cada vez que sacás una porción.

### RELLENO

- 1 Colocá un crepe en un plato, untá con mayonesa, cubrí con rodajitas de tomatitos. Tapá con otro crepe, untá con mayonesa y colocá fetas de jamón cocido.
- 2 Colocá otro crepe, cubrí con la mezcla de queso crema con cebollín y rodajitas de champiñones salteados. Tapá con otro crepe y rellená con la preparación de requesón con aceitunas verdes y albahaca.
- 3 Terminá con un crepe, cubrí con mayonesa y huevo duro picado grueso. Serví como entrada fría con guarnición de hojas verdes.

# ÑOQUIS DE CALABAZA Y PAPA A LA CARUSO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Pastas, panes, masas y arrollados

## INGREDIENTES

### SALSA CARUSO

- 2 cucharadas de margarina
- 1 cebolla picada
- 150 g de champiñones
- 2 tazas de leche
- 1 cucharada de **MAIZENA**® (10 g)
- Sal, pimienta y nuez moscada
- Queso rallado a gusto

### ÑOQUIS

- 1 taza de calabaza sin cáscara (300 g)
- 2 tazas de papas (½ kg)
- ½ taza de **MAIZENA**® (60 g)
- 1 ¼ taza de harina (150 g)
- 1 cucharada de margarina
- Sal, pimienta y nuez moscada a gusto
- 2 cucharadas de queso rallado
- 1 huevo

## PREPARACIÓN

### SALSA

- 1 Rehogá la cebolla picada en la margarina.
- 2 Añadí los champiñones cortados en láminas finas y la leche, herví suavemente 5 minutos y espesá con la **MAIZENA**® disuelta en 1/4 taza de leche fría.

### ÑOQUIS

- 1 Cociná la calabaza al vapor, microondas u horno. Escurrí bien y hacé un puré.
- 2 Cociná en agua y sal las papas con su cáscara. Escurrilas, pelalas y hacé un puré.

- 3 Mezclá ambos purés con la **MAIZENA**® tamizada con la harina, la margarina blanda, los condimentos y el queso rallado. Formá una masa (si la preparación quedara muy blanda, agregá más harina).
- 4 Dividí la masa en bolitas, formá tiras redondas, haciéndolas rodar con la palma de la mano sobre la mesa espolvoreada con harina y cortá en pequeños dados.
- 5 Cociná en abundante agua hirviendo con sal.
- 6 Retirá del fuego cuando el agua hierva y los ñoquis hayan subido a la superficie.
- 7 Colá y acomodá en un recipiente. Serví con la salsa y queso rallado a gusto.



# **LEGUMBRES, SALSAS Y SOPAS**

**101 IDEAS PARA VOS**

# BOLITAS DE PAPA

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
15 bolitas

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
35 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 2 tazas de pan rallado
- 1 taza de leche
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de panceta cocida y triturada
- 2 dientes de ajo
- 1 salsa lista de tomate
- 1 kg y 350 g de papas
- ½ cucharada de margarina
- Aceite para freír

## PREPARACIÓN

- 1** Cocinó las papas con los dientes de ajo y luego hacelas puré junto con la margarina.
- 2** Hací bolitas y rebozalas en **MAIZENA**®, en la leche y en el pan rallado mezclado con la panceta.
- 3** Freí y serví con la salsa de tomate.

# LASAÑA DE ZANAHORIA AL PESTO

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 15 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>LASAÑA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 paquete de láminas de lasaña</li> <li>▪ 115 g de margarina</li> <li>▪ ½ taza de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ 4 tazas de leche</li> <li>▪ 1 taza de crema de leche</li> <li>▪ 1 cucharadita de pimienta molida</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ½ taza de queso cheddar rallado</li> <li>▪ 2 cucharadas de la salsa de pesto preparada</li> <li>▪ 680 g de zanahoria rallada</li> <li>▪ 1 caldo de gallina</li> <li>▪ 1 huevo batido</li> <li>▪ Aceite</li> </ul> | <p><b>PESTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ½ taza de albahaca fresca</li> <li>▪ ¼ taza de hojas de menta</li> <li>▪ 1 diente de ajo</li> <li>▪ ½ taza de aceite de oliva</li> </ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- PESTO**
- 1** Freí todo en una sartén y listo.
- LASAÑA**
- 1** Untó con aceite un molde para horno. En una sartén con margarina vertí la **MAIZENA**® y removí a fuego lento hasta que la mezcla empiece a dorar.
  - 2** Gradualmente agregó la leche junto con la crema de leche y la pimienta, removiendo a fin de obtener una mezcla fina. Revolví hasta espesar, agregó el queso y el huevo batido, sin dejar de remover ni que enfrie.
  - 3** Reservó en un recipiente aparte un tercio de la salsa antes preparada. Luego, añadió el pesto y la zanahoria a la salsa restante.
  - 4** Cocinó la lasaña en el caldo de gallina.
  - 5** Pre calentó el horno a 150 °C. Alternó láminas de lasaña: extendí tres capas de zanahoria y finalizó con una de lasaña, esparcí el tercio de salsa reservada por encima y espolvoreó un poco de queso; horneó 40 minutos hasta que la salsa cuaje y se dore.

# BOLLITOS DE MANDIOCA

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
5

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 30 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 900 g de mandioca
- 3 dientes de ajo
- 1 cucharada de margarina
- 115 g de queso gouda
- ¾ taza de leche
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 huevos batidos
- 1 taza de aceite
- 1 salteado de tomate

## PREPARACIÓN

- 1** Elaborá un puré con la mandioca cocida y condimentada previamente con los dientes de ajo.
- 2** Adicioná los huevos batidos, la margarina y cuatro cucharadas de **MAIZENA**® disueltas en la leche. Cortá el queso en trocitos.
- 3** Poné una cucharada de la mandioca hecha puré en la palma de la mano, aplanala y añadí un pedacito del queso; cubrí haciendo un rollito.
- 4** Freí en el aceite caliente hasta que esté dorado y escurri en papel absorbente.
- 5** Serví con el salteado de tomate.

## SUGERENCIAS

El queso gouda puede ser sustituido por otro queso de color amarillo, como el parmesano.

# SALSA VERDE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
20 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 1 ají morrón verde
- 140 g de tomate cherry
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- 1 taza de cilantro
- 1 cubito de caldo de gallina

## PREPARACIÓN

- 1** Picá el cilantro y colocalo en la licuadora con el morrón, los tomates cherry y los ajos asados.
- 2** Colocá el cubito de caldo de gallina (disuelto en agua si fuera necesario) y procesá.
- 3** Adicioná **MAIZENA**®.
- 4** Poné al fuego unos minutos y disfrutá sobre huevos, pollo, burritos, carne, costillas, pescado, nachos, etc.

# BUDÍN DE CALABAZA Y CHOCLO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 10 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 1 lata de choclo
- 1 ½ taza de puré de calabaza
- 4 huevos
- 1 cebolla picada salteada en margarina
- 100 g de queso rallado
- 3 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ taza de leche
- Sal, pimienta y nuez moscada
- ½ taza de azúcar

## PREPARACIÓN

- 1** Mezclá en un bol el choclo con el puré de zapallitos, los huevos algo batidos, la cebolla, el queso rallado y la **MAIZENA**® disuelta en la leche fría.
- 2** Condimentá con sal, pimienta y nuez moscada.
- 3** Acaramelá una budinera con el azúcar y vertí la preparación.
- 4** Cociná a baño maría 40 minutos en horno no muy fuerte.
- 5** Retirá, dejá descansar 10 minutos y desmoldá.
- 6** Serví caliente con rollitos de jamón cocido o con lomo de cerdo al horno.

# SOPA DE ZAPALLO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
3

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- Sal
- 2 cucharadas de margarina (30 g)
- ½ kg de zapallo
- 3 cucharadas de **MAIZENA**® (30 g)
- 3 tazas de leche (¾ litro)

## PREPARACIÓN

- 1** Cociná el zapallo en agua y sal, colalo y pasalo por un tamiz.
- 2** Disolvé aparte la **MAIZENA**® en un poco de la leche fría. Agregale el resto de la leche hirviendo, revolviendo continuamente.
- 3** Herví unos minutos y luego mezclale el puré de zapallo. Condimentá con sal.
- 4** Cociná unos instantes.
- 5** Retirá del fuego y agregá la margarina, revolviendo bien, hasta que se funda totalmente.

# CANASTITAS DE CALABAZA RELLENA

 CANTIDAD DE PORCIONES:  
4

 PAÍS: ARGENTINA

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
30 minutos

 TIPO DE PLATO:  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 1 calabaza grande ó 2 pequeñas
- 2 cebollas
- 1 lata de choclo en grano
- 1 cubito de caldo de zapallo
- 2 cucharadas de queso rallado
- 100 g de jamón cocido en un trozo
- 2 cucharadas de margarina
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 cucharada de perejil picado
- Sal, pimienta y nuez moscada

## PREPARACIÓN

- 1 Cortá rodajas de calabaza de 5 cm de ancho y hervilas en agua y sal hasta que estén cocidas. Retirá y escurrilas bien.
- 2 Ahuecá las rodajas de calabaza en forma de círculo a 1 cm del borde, sin llegar a atravesarlas, de manera que queden en forma de canastas.
- 3 Aparte salteá en una cucharada de margarina la cebolla picada, añadí el choclo y el cubito de caldo de zapallo disuelto en una cucharada de agua. Cociná 5 minutos, retirá y mezclá el queso rallado y el jamón cortado en dados.
- 4 Luego prepará la salsa, hirviendo la leche con la margarina restante y espesando con la **MAIZENA**® diluida en un poco de leche fría.
- 5 Herví 3 minutos, condimentá con sal, pimienta y nuez moscada. Mezclá el relleno con 3 cucharadas de salsa y rellená las rodajas de calabaza. Luego cubrí con la salsa restante y espolvoreá con perejil picado.
- 6 Colocá en asadera de horno untada con margarina y cociná en horno fuerte de 20 a 25 minutos. Serví caliente.

## SUGERENCIAS

Si no encontrás caldo de zapallo, cociná un trozo grande de calabaza con bastante agua y algunos condimentos como sal, pimienta, perejil, cebolla de verdeo y ajo. Después, utilizá sólo el líquido y con la calabaza hacé una sopa, un puré o un acompañamiento para asados.

# BERENJENAS GRATINADAS



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
6

 PAÍS: COLOMBIA

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
35 minutos

 TIPO DE PLATO:  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- 3 berenjenas cortadas en tiras largas y delgadas
- Aceite para saltear las tiras de berenjena
- 5 tomates picados
- 12 hojitas de albahaca finamente picadas
- 1 cucharada de azúcar
- ½ cubo de caldo de gallina
- 1 taza de leche
- ¾ taza de queso parmesano rallado
- Sal a gusto

## PREPARACIÓN

- 1 En una sartén calentá un poco de aceite y dorá las rebanadas de berenjena de cada lado.
- 2 Ponelas sobre una asadera y a medida que agregás las berenjenas tenés que ir agregando un poco más de aceite para que éstas se cocinen bien.
- 3 Cuando termines de dorarlas, tomá la misma sartén y poné a cocinar los tomates, la albahaca, el azúcar, el caldo de gallina, la sal y la **MAIZENA**® disuelta en la leche.
- 4 Dejá cocinar todo por 5 minutos, revolviendo constantemente, y retirá del fuego.
- 5 En un molde poné primero una capa de berenjenas, encima de ésta una capa de la salsa, luego una capa de queso parmesano espolvoreado y repetí las capas cubriendo con el queso parmesano.
- 6 Llevá a horno a 180 °C (temperatura alta) por 15 minutos para gratinarlas.

# PAPAS A LA COLIFLOR

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 450 g de papas blancas peladas y cortadas en rodajas
- 1 taza de coliflor picada en pequeños trozos
- 2 cucharadas de perejil picado finamente
- 1 taza de leche
- 1 taza de agua
- 2 cucharadas de margarina
- Sal y pimienta a gusto
- ¼ taza de queso parmesano

## PREPARACIÓN

- 1** En una olla poné a cocinar las papas en agua hirviendo con sal hasta que estén semi-blandas.
- 2** Aparte, en una sartén honda, fundí la margarina, agregá la **MAIZENA**®, mezclá para que se forme una pasta espumosa, agregá la leche, el agua, la sal, la pimienta, los trozos de coliflor y revolvé todo sin parar hasta que espese y hierva.
- 3** Bajá el fuego y dejá cocinar todo por 5 minutos.
- 4** Agregá el perejil, revolvé y apagá. Escurrí las papas, tomá una fuente redonda y mediana, untala con margarina y poné las papas sobre ésta.
- 5** Bañalas con la salsa donde se cocinaron las coliflores.
- 6** Espolvoreá con queso parmesano y llevá a horno a 180 °C (temperatura alta) por 15 minutos.

# CREMA DE MAÍZ DULCE

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
55 minutos

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche
- 2 tazas de agua
- 1 lata de choclo
- 2 cucharadas de margarina
- 1 diente de ajo picado finamente
- 1 cucharada de perejil picado finamente
- 2 cucharadas de crema de leche
- Una pizca de sal

## PREPARACIÓN

- 1** En una sartén fundí la margarina y reservala.
- 2** Aparte, licuá el choclo junto con la leche, la **MAIZENA**® y colá. Mientras, poné a hervir el agua junto con el ajo y la sal.
- 3** Agregá la mezcla licuada del choclo, revolvé sin parar hasta que hierva. Incorporá el perejil, la margarina y dejá cocinar por 10 minutos a fuego bajo.
- 4** Añadí la crema de leche, mezclá y apagá. Decorá esta deliciosa crema de choclo con perejil y acompañala con unas tostadas con sabor a ajo.

# PIMIENTOS RELLENOS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 3 cucharadas de **MAIZENA**®
- 4 pimentones asados
- 230 g de suprema de pollo cocinada y desmenuzada
- 2 tazas del caldo donde se cocinó la suprema
- 3 fetas de jamón picado
- 2 dientes de ajo finamente picados

- 1 cucharadita de jengibre finamente picado
- ½ cebolla de verdeo finamente picada
- ½ taza de jugo de mandarina
- 1 cucharada de margarina
- 1 cucharada de aceite
- Sal a gusto

## PREPARACIÓN

- 1** Quemá los pimientos a fuego directo hasta que la cáscara quede completamente negra.
- 2** Lávalos para retirar la cáscara, quítales las semillas y las venas.
- 3** Partí cada pimentón en dos partes iguales y reservá.
- 4** En una sartén, calentá la margarina junto con el aceite, salteá el ajo, la cebolla de verdeo y el jengibre por 3 minutos.
- 5** Luego agregá el jamón, el pollo desmenuzado y continuá la cocción por 3 minutos más.
- 6** Mientras, disolvé la **MAIZENA**® en las dos tazas de caldo donde se cocinó el pollo y agregala a la sartén junto con el jugo de mandarina.
- 7** Revolvé sin parar hasta que espese.
- 8** Bajá el fuego, dejando cocinar todo por 10 minutos.
- 9** Tomá cada mitad del pimentón y rellénalo con esta mezcla.

# BUÑUELOS CRUJIENTES

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 3 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 bananas bien maduras
- 1 taza de azúcar negra
- 1 huevo
- ⅔ taza de harina de trigo
- 2 cucharadas de azúcar

- ⅓ taza de agua
- 200 g de queso cremoso cortado en cubos
- Abundante aceite para freír las croquetas
- Sal a gusto

## PREPARACIÓN

- 1** En una olla cociná las bananas con su cáscara en abundante agua y con el azúcar negra hasta que estén bien blandos.
- 2** Aparte, en un bol mezclá el huevo, la harina de trigo, la **MAIZENA**®, la sal, el azúcar y el agua hasta que quede una masa homogénea y semilíquida.
- 3** Cuando las bananas estén blandas, pelalas y cortalas en 10 pedazos. Amasá cada una formando una bolita, abríle un orificio y rellená con queso, cerrá cada bolita y pasalas por la masa semilíquida, cuidando que queden muy bien cubiertas.
- 4** Llevá cada bolita al aceite bien caliente y dejá cocinar hasta que queden doraditas.
- 5** Retíralas, escurrilas y pasalas por papel absorbente. Serví estos buñuelos crujientes calientes.

# AREPAS DE CHOCLO

 CANTIDAD DE PORCIONES:  
8

 PAÍS: COLOMBIA

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
1 hora

 TIPO DE PLATO:  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 6 choclos de grano maduro
- 2 cucharadas de margarina
- 4 cucharadas de azúcar
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- 100 g de queso cremoso
- 4 cucharadas de crema de leche
- Sal y pimienta a gusto

## PREPARACIÓN

- 1 Rallá los granos de choclo y escurri el exceso de líquido en un colador. Mezclá con azúcar, sal, pimienta, **MAIZENA**® y el polvo de hornear. Integrá la preparación y dejá descansar unos minutos.
- 2 Volteá la arepa con la ayuda de una espátula para que se cocine del otro lado y agregá el queso. Doblá por la mitad con mucho cuidado y dejá que se funda el queso.

# ALBÓNDIGAS DE REQUESÓN Y ACELGA



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
6

 PAÍS: MÉXICO

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
1 hora

 TIPO DE PLATO:  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 2 dientes de ajo (optativo)
- 1 cucharada de perejil picado
- 1 manojito de acelga cocida
- 500 g de requesón o queso crema
- ½ taza de **MAIZENA**® (60 g)
- 1 huevo
- Sal y pimienta a gusto

## PREPARACIÓN

- 1 En un bol colocá el requesón y la acelga cocida, escurrida y picada.
- 2 Agregá el huevo, el ajo bien picado, el perejil y la **MAIZENA**®, y mezclá bien.
- 3 Hacé las albóndigas, colocando 1 cucharada colmada de la preparación en una taza grande con 1/2 cucharada de **MAIZENA**® y moldeá hasta formar la albóndiga.
- 4 Hervilas con abundante agua y sal.
- 5 Serví con salsa de tomate o salsa verde.

# PAPAS A LA CREMA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 10 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 1 kg y 130 g de papas
- 1 cebolla grande
- 6 tiras de panceta picada
- 2 cucharadas de margarina
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- 3 tazas de leche caliente
- Sal, pimienta y nuez moscada

## PREPARACIÓN

- 1 Cortá las papas y las cebollas en rodajas bien finas.
- 2 Salteá la panceta hasta que esté ligeramente dorada.
- 3 Derretí la margarina en una olla, agregá la **MAIZENA**® y revolvé rápidamente por 2 minutos. Incorporá la leche poco a poco, revolviendo continuamente, y cociná 5 minutos a fuego lento.
- 4 Condimentá con sal, pimienta y nuez moscada.
- 5 Colocá en un molde redondo de 25 cm, untado con margarina, una capa de papas, una de cebolla y trocitos de panceta, y así sucesivamente hasta terminar con las papas. Espolvoreá ligeramente las papas con sal.
- 6 Cubrí con la salsa.
- 7 Horneá a 190 °C por 40 minutos tapado, hasta que se cocinen las papas, destapá y dejá que se doren.
- 8 Serví caliente acompañado de unas costillitas y arroz blanco.

# AROS DE CEBOLLAS

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
6 horas y 30 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Legumbres, salsas y sopas

## INGREDIENTES

- 3 cebollas
- 2 cucharadas de harina de trigo
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 litro de leche
- 1 cucharadita de pimentón en polvo
- Sal y pimienta a gusto

## PREPARACIÓN

- 1 Cortá las cebollas en aros bien parejitos y separalos.
- 2 Para que queden más suaves, cubrí con la leche y llevá al frío por 6 horas, bien tapadas con film. Calentá el aceite antes de usar.
- 3 Escurrí los aros y secá bien. Incorporá a las cebollas, la harina y la **MAIZENA**®.
- 4 Para más sabor, condimentá con el pimentón y la pimienta. También se puede usar curry o ají molido, si te gusta picante.
- 5 Mezclá hasta cubrir bien los aros. Sacudí para quitar la harina y la **MAIZENA**® sobrante. Probá con un aro. Si el aceite está caliente, cociná en tandas el resto de los aros hasta dorar. Y recordá: cuanto más aceite en la sartén, menos aceite quedará en la comida.
- 6 Escurrí y colocá sobre un plato con papel absorbente.



# **BOLLOS, TORTAS TARTAS Y PASTELES**

**101 IDEAS PARA VOS**

# TORTILLA DE ZAPALLITOS

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 15 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

- 6 zapallitos medianos
- 1 cebolla picada
- 50 g de margarina
- ¼ taza de leche
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- Sal, pimienta y nuez moscada
- 2 cucharadas de queso rallado

- 2 cucharadas de perejil picado
- 100 g de jamón cocido picado
- 2 yemas
- 2 claras a punto nieve
- **PARA ESPOLVOREAR**
- 1 cucharada de queso rallado
- 1 cucharadita de rebozador

## PREPARACIÓN

- 1 Cortá los zapallitos al medio y herví con agua y sal. Retirá, dejá escurrir y enfriar en una rejilla boca abajo.
- 2 Con una cucharita retirá la pulpa y colocá en un colador. Dejá escurrir.
- 3 Colocá los zapallitos en una fuente de horno aceitada.
- 4 Rehogá la cebolla en la margarina derretida.
- 5 Agregá la pulpa del zapallito escurrida, picada y salteá ligeramente para secar la preparación.
- 6 Añadí la taza de leche y herví.
- 7 Incorporá la **MAIZENA**® diluida en la leche restante y cociná 3 minutos hasta que espese.
- 8 Retirá, condimentá con sal, pimienta, nuez moscada, queso rallado y perejil. Añadí el jamón y las yemas.
- 9 Dejá enfriar la preparación.
- 10 Batí las claras a punto nieve y mezclá suavemente a la crema de zapallitos.
- 11 Rellená a cucharadas los zapallitos y espolvoreá con el queso rallado mezclado con el rebozador.
- 12 Cociná en horno moderado (170 °C). Serví caliente.

# PASTEL DE POLLO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 10 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

- MASA**
- 1 taza de **MAIZENA**®
  - 2 tazas de harina
  - 1 cucharada de margarina
  - 3 cucharadas de queso rallado
  - Sal y pimienta a gusto
  - ¾ taza de agua
  - **PARA PINTAR**
  - 1 yema

- RELLENO**
- 2 cebollas cortadas en juliana fina
  - 1 morrón rojo cortado en rodajas
  - 3 cucharadas de aceite
  - ½ cubito de caldo de gallina
  - 1 cucharadita de polvo curry (opcional)
  - 1 taza de agua
  - 1 cucharada de **MAIZENA**®
  - 2 supremas de pollo cocidas a la plancha y picaditas

## PREPARACIÓN

- MASA**
- 1 Colocá en la mesa en forma de corona la **MAIZENA**® y la harina mezcladas, y en el centro la margarina, el queso rallado, sal y pimienta.
  - 2 Mezclá los ingredientes comenzando por los del centro y agregá el agua formando una masa bien unida y lisa.
  - 3 Dejá descansar media hora en la heladera.
- RELLENO**
- 1 Salteá las cebollas y el morrón en el aceite hasta que estén cocidos.
  - 2 Agregá el cubito de caldo de gallina, el curry y el agua y mezclá bien. Agregá la **MAIZENA**® diluida en un poquito de agua y cociná por 3 minutos.
  - 3 Por último mezclale el pollo y condimentá con sal y pimienta.
  - 4 Estirá ¾ partes de la masa y forrá un molde redondo de 24 cm, untado con la margarina y enharinado.
  - 5 Rellená con la mezcla de pollo y tapá con el resto de la masa. Pintá con yema batida. Cociná en el horno a 180 °C por 45 minutos. Serví caliente o frío.

# SOUFFLÉ DE ARROZ



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

- 1 taza de leche
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 cucharada de margarina
- ½ taza de arroz hervido
- 3 cucharadas de queso rallado
- 100 g de jamón cocido picado
- 2 huevos
- Sal y nuez moscada a gusto

## PREPARACIÓN

- 1** Herví la leche, agregale la **MAIZENA**® disuelta en un poquito de leche fría y revolvé continuamente, cocinando 5 minutos.
- 2** Retirá, incorporá la margarina, la sal, la nuez moscada, el arroz hervido, el queso rallado y el jamón cocido picado.
- 3** Mezclá bien, agregá las yemas y claras a punto nieve, mezclando suavemente.
- 4** Colocá en una asadera untada con la margarina y cociná a horno moderado 30 minutos.
- 5** Serví inmediatamente.

# TARTA DE LEGUMBRES



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 5 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>MASA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 taza de harina de trigo</li> <li>▪ ½ taza de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ 1 huevo</li> <li>▪ ½ taza de margarina</li> <li>▪ ½ cucharadita de sal</li> </ul> | <p><b>RELLENO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 3 cucharadas de margarina</li> <li>▪ 1 cebolla pequeña picada</li> <li>▪ 1 zanahoria pequeña rallada gruesa</li> <li>▪ 1 puerro pequeño cortado en rodajas</li> <li>▪ 2 tomates medianos sin piel y sin semillas picados</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 3 cucharadas de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ 1 taza de leche</li> <li>▪ 1 cucharadita de sal</li> <li>▪ ½ taza de choclo en lata</li> <li>▪ 2 huevos</li> </ul> <p><b>PARA ENHARINAR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Harina de trigo</li> </ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- 1** En una olla, calentá la margarina a fuego medio y dorá la cebolla.
  - 2** Agregá la zanahoria, el puerro y el tomate y salteá por 3 minutos.
  - 3** Disolvé la **MAIZENA**® en la leche, agregala al saltado, mezclando siempre, hasta que espese.
  - 4** Retirá del fuego, adicioná la sal y el choclo. Reservá.
  - 5** Batí los huevos ligeramente y mezclá al relleno.
  - 6** Distribuí el relleno en la masa y llevá a horno por 20 minutos más o hasta que la crema esté firme.
  - 7** Retirá del horno y reservá 10 minutos para desmoldar. Serví enseguida.
- MASA**
- 1** Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
  - 2** En un bol, mezclá la harina, la **MAIZENA**®, el huevo, la margarina y la sal. Amasá con la punta de los dedos hasta que la masa esté húmeda.

## SUGERENCIAS

Desparramá el queso antes de llevar al horno.

# MINITARTA DE PALMITOS CON CAMARONES



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
4

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
1 hora

 PAÍS: BRASIL

 TIPO DE PLATO:  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- ½ taza de margarina (100 g)
- 1 taza de harina de trigo
- ½ taza de **MAIZENA**®
- 1 yema
- 1 pizca de sal

### RELLENO

- 1 cucharada de aceite
- 1 cebolla pequeña picada
- 1 tomate mediano, sin semillas, picado
- 250 g de camarones pequeños y limpios

- 150 g de palmitos picados
- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- ½ taza de leche
- 1 cucharadita de sal

### PARA PINTAR

- 1 yema

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Calenté el horno a temperatura media (180 °C).
- 2 En un bol mediano, colocá la margarina, la harina, la **MAIZENA**®, la yema y la sal.
- 3 Amasá con las puntas de los dedos hasta que la masa esté homogénea.
- 4 Dividí la masa en 5 partes iguales y reservá una de las partes para cubrir las minitartas.
- 5 Forrá el fondo y el lateral de 4 moldes para minitarta (12 cm de diámetro) con cada parte restante de masa. Llevá las minitartas a horno por 15 minutos o hasta que doren. Reservá.

### RELLENO

- 1 Calenté el aceite a fuego medio y freí la cebolla hasta que dore. Agregá el tomate y los camarones. Salteá por 3 minutos. Colocá los palmitos y salteá por 2 minutos.
- 2 Disolvé la **MAIZENA**® en la leche y adicioná la sal. Juntá la mezcla con la preparación anterior y cociná a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese. Reservá hasta entibiar.
- 3 Dividí el relleno entre las minitartas reservadas.
- 4 Sobre una superficie lisa y enharinada, estirá la masa y cortala en tiras con 1 cm de ancho y 13 cm de largo. Cubrí las minitartas con las tiras de masa, formando una red. Pintalas con la yema y llevá a horno por 15 minutos o hasta que doren. Servilas calientes.

# TARTA DE BATATA CON CARNE SECA



 CANTIDAD DE PORCIONES:  
8

 TIEMPO DE PREPARACIÓN:  
1 hora y 10 minutos

 PAÍS: BRASIL

 TIPO DE PLATO:  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- 1 taza de harina de trigo
- ½ taza de **MAIZENA**®
- 1 yema
- 1 taza de margarina (200 g)
- ½ cucharadita de sal

### RELLENO

- 2 cucharadas de margarina
- 1 cebolla pequeña picada
- 500 g de batata cocida y amasada
- 250 g de "carne seca" cocida y desmenuzada

- 1 taza de leche caliente
- ½ cucharadita de sal
- 1 cucharada de perejil picado
- 1 huevo batido
- 3 cucharadas de queso parmesano rallado

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Calenté el horno a temperatura media (180 °C).
- 2 En un bol, mezclá la harina de trigo, la **MAIZENA**®, la yema, la margarina y la sal.
- 3 Amasá con la punta de los dedos hasta que la masa esté lisa y homogénea.
- 4 Estirá la masa con un palo de amasar y forrá el fondo y el lateral de un molde desmontable mediano (22 cm de diámetro). Llevá a horno por 15 minutos o hasta que dore. Reservá hasta entibiar.

### RELLENO

- 1 En una olla mediana, calentá a fuego medio 1 cucharada de margarina y freí la cebolla hasta que dore.
- 2 Agregá la batata, la "carne seca", la leche, la sal y el perejil.
- 3 Añadí el resto de la margarina y mezclá hasta obtener una mezcla cremosa. Reservá hasta entibiar.
- 4 Colocá el relleno sobre la masa reservada, cubrí con el huevo y espolvoreá el queso rallado.
- 5 Llevá a horno por 15 minutos o hasta que dore. Serví caliente o tibia.

## SUGERENCIAS

La carne seca es una carne de res deshidratada. Para obtener ese resultado, salá la carne y dejala secar bien. Si no encontrás este ingrediente, sustituiilo por peceto cocido en tiras bien finas.

# SOUFFLÉ DE POLLO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
50 minutos

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

- 1 suprema de pollo cocinada en caldo de gallina
- 1 taza de crema de leche baja en grasa
- 2 tazas de leche
- 3 cucharadas de **MAIZENA**<sup>®</sup>
- 4 tiras de panceta cortadas finamente y doradas
- ½ taza de queso mozzarella rallado
- 2 huevos batidos
- ½ cucharadita de polvo de hornear
- Sal y pimienta a gusto

## PREPARACIÓN

- 1** Licuá el pollo desmenuzado junto con la crema de leche para formar una mezcla suave.
- 2** Aparte, en una olla herví 1 1/2 taza de leche con sal y pimienta. Mientras, disolvé la **MAIZENA**<sup>®</sup> en la leche restante.
- 3** Incorporá a la olla de la leche y dejá cocinar por 7 minutos, revolviendo constantemente hasta que hierva nuevamente y espese.
- 4** Apagá el fuego e incorporá poco a poco la mezcla del pollo; añadí los huevos, la panceta, el polvo de hornear y el queso. Revolvé hasta que la mezcla quede pareja.
- 5** Tomá moldes individuales de hornear y llenalos; llevalos a horno a 180 °C (temperatura alta) por 40 minutos o hasta introducir un cuchillo en el centro y que salga limpio.
- 6** Serví caliente.

# TARTA DE TOMATE A LA PROVENZAL



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
4 horas

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>MASA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ½ taza de <b>MAIZENA</b><sup>®</sup> (60 g)</li> <li>▪ 1 taza de harina (120 g)</li> <li>▪ 1 cucharadita de polvo de hornear</li> <li>▪ 1 cucharadita de sal</li> <li>▪ 1 cucharada de aceite</li> <li>▪ ½ taza de agua</li> </ul> | <p><b>RELLENO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 cebolla picada</li> <li>▪ 3 cucharadas de aceite</li> <li>▪ 1 diente de ajo picado</li> <li>▪ Tomates secos (60 g)</li> <li>▪ Jamón cocido en 1 trozo (100 g)</li> <li>▪ Aceitunas verdes (50 g)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aceitunas negras (50 g)</li> <li>▪ 4 huevos</li> <li>▪ 1/3 taza de leche</li> <li>▪ 3 cucharadas de <b>MAIZENA</b><sup>®</sup> (30 g)</li> <li>▪ Sal y pimienta</li> <li>▪ ¼ taza de queso rallado</li> <li>▪ 1 manojo de albahaca</li> </ul> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- MASA**
- 1** Colocá en la mesa en forma de corona la **MAIZENA**<sup>®</sup>, la harina y el polvo de hornear tamizados.
- 2** En el centro, poné la sal y el aceite. Formá una masa agregando el agua de a poco y amasá hasta que quede bien lisa.
- 3** Dejá descansar 20 minutos.
- RELLENO**
- 1** Salteá la cebolla y el ajo picados en aceite caliente hasta que queden transparentes, añadí los tomates secos hidratados y cortados en tiras. Cociná a fuego fuerte 5 minutos y retirá.
- 2** Mezclá en un bol el relleno con la albahaca picada, los huevos, el jamón cocido en cubitos, la **MAIZENA**<sup>®</sup> disuelta en la leche, el queso rallado y las aceitunas en trocitos.
- 3** Condimentá con sal y pimienta.
- 4** Estirá la masa, forrá una tartera untada y enharinada y rellená con la preparación de tomates.
- 5** Cociná en horno moderado (180 °C) 40 minutos hasta que esté bien cocido el relleno y dorada la masa. Serví frío.

# TARTA DE FRUTAS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 10 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- ½ taza de **MAIZENA**® (60 g)
- 1 ¼ taza de harina (150 g)
- ½ taza de azúcar (100 g)
- 4 ½ cucharadas de margarina (50 g)
- ¼ taza de aceite de maíz
- 2 yemas
- ½ cucharada de agua
- 1 pizca de sal y canela

### RELLENO-CREMA

- 2 yemas
- 1 huevo
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 cucharadas de harina
- 2 tazas de leche
- ½ taza de azúcar (100 g)
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 2 kiwis

- 1 banana
- 3 frutillas
- 1 taza de uvas
- 1 taza de almíbar

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Colocá en la mesa en forma de corona, la **MAIZENA**® y la harina.
- 2 Colocá en el centro el azúcar, la margarina, el aceite, las yemas, el agua, la sal y la canela.
- 3 Formá una masa trabajando los ingredientes pero sin amasar mucho. Dejá descansar 20 minutos en la heladera.
- 4 Estirá sobre una mesa enharinada y forrá una tartera, de 25 cm de diámetro, untada con margarina y enharinada.
- 5 Colocá un papel manteca y porotos arriba para evitar que forme globos. Cociná en horno moderado 20 minutos hasta que esté cocida. Dejá enfriar.

### CREMA

- 1 Mezclá en una cacerola las yemas, el huevo, la **MAIZENA**®, la harina y el azúcar hasta que esté bien disuelto y añadí la leche de a poco.
- 2 Cociná revolviendo hasta que espese y hierva 3 minutos.
- 3 Retirá, enfriá y añadí la esencia. Rellená la tarta con la crema y decorá con las frutas a gusto. Abrillantá con el almíbar. Enfriá antes de servir.

## SUGERENCIAS

Si no encontrás todas las frutas mencionadas arriba, sustitúilas por frutas de estación. Recordá de elegir frutas de sabor cítrico y otras de sabor más dulce para obtener el contraste buscado.

# TORTA DE CHOCOLATE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
20

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
50 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

- 2 ½ tazas de margarina (240 g)
- 1 taza de dulce de leche (300 g)
- 3 huevos
- 3 ½ tazas de cacao (300 g)
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

- 1 ½ taza de harina (180 g)
- ¾ taza de **MAIZENA**® (90 g)
- 3 cucharaditas colmadas de polvo de hornear
- 6 cucharadas de leche
- Azúcar impalpable para espolvorear

## PREPARACIÓN

- 1 Batí la margarina hasta que esté blanda. Agregá el cacao y seguí batiendo hasta que la preparación esté cremosa.
- 2 Añadí los huevos uno a uno, batiendo entre cada uno.
- 3 Incorporá la harina tamizada con la **MAIZENA**® y el polvo de hornear, alternando con la esencia de vainilla y la leche.

- 1 Mezclá bien y colocá en un molde grande untado con margarina y enharinado.
- 2 Cociná en horno moderado 40 minutos.
- 3 Retirá, reposá 5 minutos, desmoldá y dejá enfriar.
- 4 Una vez bien frío, cortá el bizcochuelo a la mitad, untá una cara con dulce de leche y volvé a unir.
- 5 Espolvoreá con azúcar impalpable.
- 6 Serví sola o con crema.

# TORTA DE NARANJA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
50 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- ½ taza de **MAIZENA**® (60 g)
- 1 taza de harina (120 g)
- 75 g de margarina
- 2 yemas
- 3 cucharadas colmadas de azúcar
- Ralladura de una naranja
- Jugo de media naranja

### CREMA

- ½ litro de leche
- 1 corteza de cáscara de naranja
- 3 yemas
- 150 g de azúcar
- 4 cucharadas de **MAIZENA**® al ras

### VARIOS

- 3 naranjas
- Almíbar para abrillantar

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Colocá en la mesa en forma de corona la **MAIZENA**® y la harina tamizadas y en el centro la manteca, las yemas, el azúcar y la ralladura de naranja.
- 2 Mezclá los ingredientes comenzando por los del centro y uní los demás agregando el jugo de naranja. Formá una masa y dejá reposar media hora en la heladera.

### CREMA

- 1 Herví la leche con la cáscara de naranja.
- 2 Aparte, mezclá las yemas con el azúcar y la **MAIZENA**® e incorporale la leche, revolviendo muy bien toda la preparación.

- 3 Llevá a fuego y cociná suavemente revolviendo continuamente 30 minutos.

- 4 Dejá enfriar.

### ARMADO

- 1 Estirá la masa y forrá una tartera untada con margarina y enharinada.
- 2 Rellená con la crema y cubrí con trocitos de naranja pelados.
- 3 Cociná en horno moderado 40 minutos, retirá, dejá enfriar y abrillantá con almíbar.
- 4 Enfríá bien antes de servir.

# TORTA MOUSSE DE LIMÓN



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 30 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- 1 taza de harina (120 g)
- ¼ taza de **MAIZENA**® (30 g)
- ½ taza de azúcar (100 g)
- 1 pizca de sal
- 100 g de margarina
- 1 huevo
- Ralladura de 1 limón
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 2 cucharadas de crema

### RELLENO

- 3 yemas
- 4 cucharadas de azúcar (80 g)
- 4 cucharadas de **MAIZENA**® (40 g)
- 1 taza de agua (200 ml)
- ½ taza de jugo de limón (100 ml)
- Ralladura de 1 limón
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- ½ pote de crema de leche (100 ml)

### MERENGUE

- 3 claras
- 9 cucharadas llenas de azúcar

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Poné en la mesa la **MAIZENA**® y la harina tamizadas. Colocá en el centro el azúcar, la sal, la margarina, la yema, la ralladura y la esencia. Trabajá la margarina con la crema y uní todos los ingredientes poco a poco hasta formar una masa homogénea y tierna.
- 2 Dejá descansar 30 minutos en la heladera.
- 3 Retirá y forrá un molde de tarta desmontable de 24 ó 26 cm de diámetro, previamente untado con margarina y enharinado. Pinchá con un tenedor y llevá a horno caliente hasta que se doren los bordes.
- 4 Retirá y en caliente pintá con clara de huevo. Dejá enfriar un poco.

### RELLENO

- 1 Poné en una cacerola todos los ingredientes, menos la crema. Mezclá bien y llevá a fuego suave revolviendo hasta espesar y cociná 3 minutos. Retirá, enfríá revolviendo y agregá la crema. Volcá sobre la tarta.

### MERENGUE

- 1 Batí las claras a punto nieve con una pizca de sal y agregá el azúcar batiendo hasta formar merengue. Cubrí la tarta en forma de copos y dorá en horno caliente.

# TORTA DE CHOCOLATE CON BANANA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
2 horas y 50 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- ½ taza de cacao en polvo
- ½ taza de harina de trigo
- ½ taza de **MAIZENA**®
- 2 cucharadas de azúcar
- 5 cucharadas de margarina
- 1 huevo

### RELLENO

- 4 cucharadas de azúcar
- 2 bananas cortadas en rodajas finas
- 1 taza de leche
- 2 cucharadas de **MAIZENA**®

### PARA CUBRIR

- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 taza de leche
- 4 cucharadas de azúcar
- 6 cucharadas de cacao en polvo
- 2 cucharadas de margarina

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 2 En un bol, mezclá el cacao en polvo, la harina, la **MAIZENA**®, el azúcar, la margarina y el huevo, y amasá con la punta de los dedos hasta que la masa esté homogénea.
- 3 Enhariná una superficie seca; colocá la masa y estírala con un palo de amasar hasta lograr un espesor de 0,5 cm.
- 4 Colocá la masa sobre un molde desmontable medio (25 cm de diámetro) y forrá el fondo y el lateral, presionando con los dedos.
- 5 Pinchá la masa y llevá a horno (180 °C) por 20 minutos o hasta que dore. Retirá del horno y reservá.

### RELLENO

- 1 En una olla, colocá el azúcar y llevá a fuego medio hasta que esté con color de caramelo claro.
- 2 Agregá las bananas y mezclá.

- 3 Herví media taza de leche y añadí a las bananas.
- 4 Disolvé la **MAIZENA**® en la leche restante y colocá en la olla de las bananas, mezclando siempre, hasta que espese. Reservá.

### PARA CUBRIR

- 1 Disolvé la **MAIZENA**® en la leche, juntá el azúcar y el chocolate en polvo y mezclá.
- 2 Llevá a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese. Retirá del fuego y añadí la margarina, mezclando rápidamente. Reservá.

### ARMADO

- 1 Desmoldá la masa con cuidado y colocala en un plato.
- 2 Distribuí el relleno y cubrí con el almíbar. Llevá a la heladera un mínimo de 2 horas o hasta la hora de servir.

# TARTA DE COCO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
3 horas y 50 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- 180 g de galletas tipo María molidas
  - ½ taza (100 g) de margarina
- PARA CUBRIR**
- ½ taza de coco rallado

### RELLENO

- ½ taza de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche
- 200 ml de leche de coco
- 1 taza de azúcar

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 2 En un bol, mezclá las galletas y la margarina hasta que parezca una masa arenosa.
- 3 Forrá el fondo de un molde desmontable mediano (24 cm de diámetro) con la masa, presionando bien con una cuchara.
- 4 Llevá a horno por 20 minutos o hasta que dore. Retirá del horno y reservá hasta que esté tibia.

### RELLENO

- 1 En una olla mediana, disolvé la **MAIZENA**® en la leche.
- 2 Agregá la leche de coco y el azúcar. Cociná a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese.

### ARMADO

- 1 Cubrí la masa con el relleno y reservá hasta que enfríe.
- 2 Cubrí con el coco rallado y llevá a la heladera por 3 horas. Desmoldá y serví helada.

# TARTA DE GUAYABA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
2 horas y 30 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- 1 taza de harina de trigo
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 taza de margarina (200 g)
- 4 cucharadas de azúcar
- 1 yema

### RELLENO

- 2 tazas de pulpa concentrada de guayaba
- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ taza de azúcar
- 1 cucharada de margarina

### PARA CUBRIR

- 2 guayabas medianas
- 1 cucharadita de **MAIZENA**®
- 1 cucharada de agua
- 1 cucharada de azúcar

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 En un bol, colocá la harina, la **MAIZENA**®, la margarina, el azúcar y la yema. Amasá delicadamente con la punta de los dedos hasta que la masa esté homogénea.
- 2 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 3 Estirá la masa hasta que alcance 0,5 de espesor, con un palo de amasar.
- 4 Forrá el fondo y el lateral de un molde desmontable mediano (25 cm de diámetro).
- 5 Pinchá la masa y llevála al horno por 30 minutos o hasta que dore. Retirá del horno y reservá.

### RELLENO

- 1 Reservá 3 cucharadas de la pulpa de guayaba.
- 2 En una olla mediana, disolvé la **MAIZENA**® en la pulpa restante, juntá el azúcar y llevá a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese.

- 3 Retirá del fuego, añadí la margarina y mezclá rápidamente. Reservá.

### PARA CUBRIR

- 1 Cortá las guayabas en finas láminas y cortalas al medio, formando una media luna. Reservá.
- 2 En una olla, disolvé la **MAIZENA**® en la pulpa de guayaba reservada, agregá el agua y el azúcar y llevá a fuego medio, mezclando siempre, hasta que hierva.
- 3 Retirá del fuego y reservá el almíbar hasta que enfríe.
- 4 Distribuí el relleno en la masa fría y colocá las láminas de guayaba sobre el relleno.
- 5 Cubrí con el almíbar y llevá a la heladera por 1 hora y 30 minutos o hasta que la cobertura esté firme.
- 6 Desmoldá con cuidado sobre un plato y serví enseguida.

## SUGERENCIAS

Si no encontrás guayabas y pulpa de guayaba, sustitúilas por peras y pulpa de pera.

# TORTA DE LIMÓN CON COCO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
20

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Bolos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- 1 taza de margarina
- 1 ½ taza de azúcar
- 4 yemas
- 2 tazas de harina de trigo
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 cucharada de polvo de hornear
- 1 cucharadita de ralladura de limón
- ½ taza de leche de coco
- ½ taza de jugo de limón
- 4 claras batidas a punto nieve

### ALMÍBAR

- 1 ½ taza de azúcar impalpable
- ½ taza de leche de coco
- 4 cucharadas de coco rallado

### PARA UNTAR Y ENHARINAR

- Margarina
- Harina de trigo

### PARA DECORAR

- Ralladura de limón

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Untá y enhariná un molde rectangular mediano (33x23 cm). Reservá.
- 2 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 3 Batí en la batidora la margarina, el azúcar y las yemas por 3 minutos o hasta que la crema quede homogénea.
- 4 Añadí la harina, la **MAIZENA**®, el polvo de hornear, la ralladura de limón, la leche de coco y el jugo de limón.

- 5 Adicioná las claras a punto nieve, mezclando delicadamente.

- 6 Colocá la masa en el molde reservado y llevá a horno por 40 minutos o hasta que un palillo, después de introducido en la masa, salga limpio. Dejá enfriar un poco.

### ALMÍBAR

- 1 En un molde, mezclá el azúcar impalpable, la leche de coco y el coco rallado hasta que quede homogéneo. Decorá con ralladura de limón. Colocá el almíbar sobre el pastel. Dejá secar y cortá en cuadrados. Serví enseguida.

# BUDÍN INTEGRAL DE MANZANA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- 5 cucharadas de margarina
- 2 huevos
- 1 taza de azúcar negra
- ½ taza de harina de trigo integral
- ½ taza de harina de trigo
- ½ taza de **MAIZENA**®
- ½ taza de leche
- 1 manzana grande con cáscara cortada en cubos pequeños
- 1 cucharada de polvo de hornear

### ALMÍBAR

- ½ taza de agua
- ½ taza de azúcar negra
- ½ cucharadita de canela en polvo

### PARA UNTAR Y ENHARINAR

- Margarina
- Harina de trigo integral

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Untá y enhariná un molde para budín pequeño (20 cm de diámetro). Reservá.
- 2 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 3 Batí en la batidora la margarina, los huevos y el azúcar hasta obtener una crema suave y homogénea.
- 4 Agregá la harina de trigo integral, la harina de trigo y la **MAIZENA**®, intercalando con la leche, batiendo hasta obtener una masa pastosa.
- 5 Retirá de la batidora, añadí la manzana y el polvo de hornear y mezclá.
- 6 Colocá la masa en el molde reservado y llevá a horno por 35 minutos o hasta que un palillo, después de introducido en la masa, salga limpio.

### ALMÍBAR

- 1 En una olla, mezclá el agua, el azúcar y la canela y llevá a fuego medio, sin mezclar, por 3 minutos, contados a partir de cuando hierva.
- 2 Retirá el pastel del molde y colocalo en un plato grande. Serví con el almíbar.

# PASTEL DE COCO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
40

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 5 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

## INGREDIENTES

### MASA

- 1 taza de margarina
- 3 tazas de azúcar
- 5 yemas
- 3 tazas de harina de trigo
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 200 ml de leche de coco
- 1 taza de leche
- 1 cucharada de polvo de hornear
- 5 claras batidas a punto nieve

### ALMÍBAR

- 2 tazas de azúcar
- 1 taza de coco rallado
- 2 tazas de agua

### PARA UNTAR Y ENHARINAR

- Margarina
- Harina de trigo

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Untá y enhariná un molde rectangular grande (40x28 cm). Reservá.
- 2 Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 3 Batí la margarina con el azúcar y las yemas hasta que doble el volumen.
- 4 Agregá la harina y la **MAIZENA**®, alternando con la leche de coco y la leche, y batí hasta obtener una masa uniforme y lisa.
- 5 Retirá de la batidora y juntá el polvo de hornear y las claras, mezclando delicadamente.
- 6 Colocá en el molde reservado y llevá a horno por 40 minutos o hasta que un palillo, después de introducido en la masa, salga limpio.

### ALMÍBAR

- 1 En una olla, colocá el azúcar, el coco y el agua, mezclá y cociná hasta que hierva y forme un almíbar.
- 2 Cubrí el pastel caliente con el almíbar. Dejá enfriar y cortalo en cuadrados.

# TARTA DE LIMÓN



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
25 minutos

## INGREDIENTES

### MASA

- 1 taza de harina (120 g)
- ¼ taza de **MAIZENA**® (30 g)
- ½ taza de azúcar (100 g)
- 1 pizca de sal
- ½ taza de margarina (100 g)
- 1 huevo
- Ralladura de 1 limón
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 2 cucharadas de crema

### RELLENO

- 3 yemas
- 4 cucharadas de azúcar (80 g)
- 4 cucharadas de **MAIZENA**® (40 g)
- 1 taza de agua (200 ml)
- ½ taza de jugo de limón (100 ml)
- Ralladura de 1 limón
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- ½ pote de crema de leche (100 ml)

### MERENGUE

- 3 claras
- 9 cucharadas colmadas de azúcar

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Poné en la mesa la **MAIZENA**® y la harina tamizadas.
- 2 Colocá en el centro el azúcar, la sal, la margarina, la yema, la ralladura y la esencia.
- 3 Trabajá la margarina con la crema y uní todos los ingredientes de a poco hasta formar una masa homogénea y tierna.
- 4 Dejá descansar media hora en la heladera.
- 5 Retirá y forrá un molde de tarta desmontable de 24 ó 26 cm de diámetro, previamente untado con margarina y enharinado. Pinchá con un tenedor y llevá a horno moderado (180 °C) hasta que se doren los bordes.
- 6 Retirá y en caliente pintá con clara de huevo. Dejá enfriar un poco.

### RELLENO

- 1 Poné en una cacerola todos los ingredientes menos la crema. Mezclá bien y llevá a fuego suave revolviendo hasta espesar y cociná 3 minutos.
- 2 Retirá, enfría revolviendo y agregá la crema. Volcá sobre la tarta

### MERENGUE

- 1 Batí las claras a punto nieve con una pizca de sal y agregá el azúcar batiendo hasta formar un merengue. Cubrí la tarta en forma de copos y dorá a horno moderado.

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

# TARTA CROCANTE DE MANZANA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
50 minutos

## INGREDIENTES

- 1 kg de manzanas verdes
- 2 cucharadas de azúcar
- ¾ taza de azúcar
- 100 g de margarina

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Bollos, tortas, tartas y pasteles

- ½ taza de harina (60 g)
- ¼ taza de **MAIZENA**® (30 g)
- Azúcar impalpable para espolvorear

## PREPARACIÓN

- 1 Pelá las manzanas, sacales el corazón y cortalas bien finitas con el pelapapas.
- 2 Colocá en un molde redondo, de 26 cm de diámetro, las manzanas cortadas por capas, alternando con las 2 cucharadas de azúcar.
- 3 Aparte, en un bol deshacé con tenedor o con los dedos, la margarina con el azúcar y la harina tamizada con la **MAIZENA**® hasta formar una masa arenosa.
- 4 Cubrí las manzanas con esta preparación y espolvoreá con azúcar impalpable.
- 5 Poné a temperatura media hasta que las manzanas se cocinen y se dore la superficie, aproximadamente 40 minutos.
- 6 Serví tibio, caliente o frío, acompañado con crema.



# POSTRES Y GALLETITAS

101 IDEAS PARA VOS

# GALLETITAS DE ZANAHORIA

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
20 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
35 minutos

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- ¼ taza de margarina
- 1 huevo batido
- 1 taza de puré de zanahoria cocida
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- ½ taza de azúcar
- 1 ½ taza de harina
- 1 taza de **MAIZENA**®
- 1 ½ cucharadita de polvo de hornear
- ¾ taza de pasas de uva

## PREPARACIÓN

- 1** Precalentá el horno a 180 °C y untá con margarina una fuente para galletitas.
- 2** Batí la margarina en un bol, agregá el huevo, el puré de zanahoria y la esencia de vainilla. Reservá.
- 3** Tamizá los ingredientes secos en otro recipiente, agregalos a la primera mezcla y revolvé hasta que tomen consistencia cremosa; agregá las pasas de uva.
- 4** Con la ayuda de una cuchara colocá la masa en la fuente para galletitas. Horneá 15 minutos.

# GALLETITAS DE QUESO

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
20 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **REGIÓN:** AMÉRICA CENTRAL

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas



## INGREDIENTES

- 1 ½ taza de **MAIZENA**® (145 g)
- 1 cucharada de margarina
- 1 ½ taza de harina de arroz (85 g)
- 2 cucharaditas de polvo de hornear
- ¼ de cubito de caldo de gallina
- 3 cucharadas de queso rallado
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 huevo
- 1 yema
- 4 cucharadas de leche

## PREPARACIÓN

- 1** Tamizá la **MAIZENA**®, la harina de arroz, el polvo de hornear, el caldo y el azúcar, para formar una corona.
- 2** En el centro colocá la margarina, el queso, el huevo, la yema y leche. Mezclá y formá una masa, dejala descansar en la heladera.
- 3** Cortá en rodajas no muy delgadas y horneá a 180 °C por 15 minutos o cuando tomen color.

# ALFAJORES DE MAIZENA®



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
25 alfajores

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 1  $\frac{2}{3}$  taza de harina de trigo (200 g)
- 2  $\frac{1}{2}$  tazas de **MAIZENA®** (300 g)
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de bicarbonato de sodio
- 2 cucharaditas de polvo de hornear
- 200 g de margarina
- $\frac{3}{4}$  taza de azúcar (150 g)
- 3 yemas
- 1 cucharada de coñac
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de ralladura de limón
- Dulce de leche para rellenar
- Coco rallado en cantidad suficiente

## PREPARACIÓN

- 1** Mezclá la harina con la **MAIZENA®**, el bicarbonato y el polvo de hornear.
- 2** En un bol, batí la margarina con el azúcar, agregá las yemas de una en una, mezclando bien cada vez, luego el coñac y poco a poco los ingredientes secos ya tamizados.
- 3** Incorporá la esencia y la ralladura de limón y mezclá bien.
- 4** Formá una masa, sin amasarla, y estirá hasta un espesor de 0,5 cm sobre una mesa espolvoreada con harina.
- 5** Cortá medallones de unos 4 cm de diámetro.
- 6** Colocá sobre una fuente enmantecada y cociná a horno moderado (170 °C) durante 15 minutos.
- 7** Desmoldá y enfriá.
- 8** Formá los alfajores, uniéndolos de a dos con dulce de leche en el medio.
- 9** Pintaes el borde con dulce de leche y pasalos por coco rallado.

# CHEESE-CAKE DE FRUTILLA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
2 horas

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>MASA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 <math>\frac{1}{2}</math> taza de harina leudante (180 g)</li> <li>▪ <math>\frac{1}{2}</math> taza de <b>MAIZENA®</b> (60 g)</li> <li>▪ 1 cucharadita de ralladura de limón</li> <li>▪ <math>\frac{1}{2}</math> cucharadita de esencia de vainilla</li> <li>▪ 2 yemas</li> <li>▪ 80 g de margarina</li> </ul> | <p><b>SALSA DE FRUTILLA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 200 g de frutillas</li> <li>▪ 3 cucharadas de azúcar</li> </ul> | <p><b>RELLENO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 250 g de queso crema</li> <li>▪ 1 taza de azúcar (200 g)</li> <li>▪ 3 cucharadas de <b>MAIZENA®</b> (30 g)</li> <li>▪ 1 pizca de sal</li> <li>▪ 200 g de crema de leche</li> <li>▪ 4 huevos</li> <li>▪ 1 cucharadita de esencia de vainilla</li> <li>▪ 800 g de frutillas</li> </ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- MASA**
- 1** Colocá en la mesa en forma de corona, la harina mezclada con la **MAIZENA®**.
  - 2** Poné en el centro el resto de los ingredientes, trabajalos y agregá los demás formando una masa. Dejá descansar 1 hora en la heladera.
- RELLENO**
- 1** Batí en un bol el queso con el azúcar, la **MAIZENA®** y la sal. Agregá los huevos batidos con la crema y la vainilla. Mezclá bien.
- SALSA DE FRUTILLA**
- 1** Herví las frutillas limpias durante 5 minutos, hacé un puré, pasá por un colador, agregá el azúcar y cociná a fuego moderado hasta que tome punto de almíbar. Serví bien fría.
- 2** Estirá la masa y forrá una tartera desmontable de 24 cm de diámetro untada con margarina y enharinada.
- 3** Rellená con la crema y cociná a horno moderado (170 °C) 40 minutos. Dejá enfriar, cubrí con las frutillas y bañá con la salsa.

## SUGERENCIAS

Si no tenés harina leudante, sólo agregá 1 cucharada de polvo de hornear con harina de trigo para obtener el mismo efecto.

# MOUSSE DE CHOCOLATE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
40 minutos

## INGREDIENTES

### PIONONO

- 5 huevos
- 5 cucharadas de azúcar
- 3 cucharadas de **MAIZENA**<sup>®</sup>
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de glicerina
- 2 cucharadas de cacao en polvo

### MOUSSE

- 8 yemas
- 3 huevos
- 250 g de azúcar
- ½ taza de agua
- 150 g de cacao amargo
- 250 g de chocolate semi-amargo
- 750 g de crema de leche

### GLASEADO DE CACAO

- 1 taza de agua
- 1 taza de crema de leche
- 1 taza de azúcar
- 1 taza de cacao en polvo
- 1 sobre de gelatina sin sabor

## PREPARACIÓN

### PIONONO

- 1** Colocá en la batidora los huevos, el azúcar, la esencia de vainilla y la glicerina.
- 2** Batí hasta obtener una mezcla firme y, por último, agregá en forma envolvente la **MAIZENA**<sup>®</sup> y el cacao.
- 3** Prepará una asadera forrada en el fondo con papel manteca y esparcí la preparación.
- 4** Horneá a fuego moderado por 7 minutos.
- 5** Prepará aparte un lienzo y colocá azúcar por encima, retirá del horno la asadera y volteala sobre el lienzo azucarado, después de 5 minutos.
- 6** Despegá los bordes, volvé a volcar sobre el lienzo y luego, despegá el papel manteca, dejá enfriar y envolvé con la ayuda del lienzo, para reservar

### MOUSSE

- 1** Batí las yemas y los huevos, prepará un almíbar de 120 °C con el azúcar y el agua, y agregá en forma de hilo al batido.

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

# MASITAS RELLENAS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
70 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 30 minutos

## INGREDIENTES

- 3 tazas de harina de trigo (360 g)
- 1 taza de **MAIZENA**<sup>®</sup> (120 g)
- 200 g de margarina
- ½ taza de azúcar (100 g)

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

- 2 huevos
- 1 cucharadita colmada de ralladura de limón
- Mermelada (membrillo - durazno)

## PREPARACIÓN

- 1** Tamizá la harina con la **MAIZENA**<sup>®</sup>.
- 2** Batí la margarina con el azúcar hasta que la preparación esté bien cremosa y añadí los huevos uno a uno, batiendo bien cada vez.
- 3** Incorporá los ingredientes secos mezclados y la ralladura de limón. Mezclá bien y dejá descansar 30 minutos en la heladera. Reposá.
- 4** Estirá la masa semifina sobre la mesa enharinada y cortá discos de 4 ó 5 cm de diámetro.

- 5** A la mitad de los discos sacales el centro con la ayuda de un cortapasta pequeño.
- 6** Colocá las masitas en una asadera enmatedada y cociná a horno moderado de 12 a 15 minutos.
- 7** Una vez frías, colocá la mermelada sobre las tapitas enteras y uniles las tapitas caladas.

# PASTA FROLA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
8

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 15 minutos

 **PAÍS:** ARGENTINA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 1 cucharadita de polvo de hornear
- ½ taza de **MAIZENA**® (60 g)
- 2 tazas de harina (240 g)
- ¾ taza de azúcar (150 g)
- 3 yemas
- 150 g de margarina
- 350 g de dulce de membrillo
- 1 yema para pintar

## PREPARACIÓN

- 1** Colocá en la mesa en forma de corona la **MAIZENA**® con la harina y el polvo de hornear tamizados.
- 2** Poné en el centro la yema, el azúcar y la margarina.
- 3** Mezclá estos ingredientes y andá agregando los demás para trabajar la masa. Dejá descansar 30 minutos.
- 4** Estirá la masa y forrá un molde de tarta de 24 cm untado con margarina y enharinado.
- 5** Rellená con el dulce de membrillo y cubrí con un enrejado de masa.
- 6** Pintá con yema y cociná a horno moderado 30 minutos.

# POSTRE DE DURAZNO Y COCO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
3 horas y 30 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- ½ taza de **MAIZENA**®
- 2 ½ tazas de leche
- 200 ml de leche de coco
- 1 lata de leche condensada
- 2 yemas
- 1 cucharada de margarina
- 270 g de vainillas
- 1 lata de duraznos en almíbar escurridos y picados (500 g)
- 50 g de coco rallado

## PREPARACIÓN

- 1** En una olla media, disolvé la **MAIZENA**® en la leche.
- 2** Agregá la leche de coco, la leche condensada y las yemas y cociná a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese.
- 3** Retirá del fuego y mezclá la margarina. Reservá.
- 4** En una fuente de horno mediana (29x22 cm), hacé capas con mitad de las galletitas, mitad de la crema reservada, mitad del durazno y mitad del coco. Repetí la operación con el resto de los ingredientes.
- 5** Llevá a la heladera por 3 horas o hasta que esté firme. Serví helado.

# PIONONO DE ANANÁ CON PASAS DE UVA



**CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

**TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

**PAÍS:** BRASIL

**TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

### MASA

- 4 huevos
- 4 cucharadas de agua
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 8 cucharadas de azúcar
- 8 cucharadas de **MAIZENA**®
- 8 cucharadas de harina de trigo

### RELLENO

- ½ kg de ananá cortada en cubos pequeños
- ½ taza de azúcar
- 2 cucharadas de pasas de uva

### PARA ESPOLVOREAR

- Azúcar impalpable

### PARA FORRAR Y UNTAR

- Papel manteca
- Margarina

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Calenté el horno a temperatura media (180 °C).
- 2 Unté, forré con papel manteca y unté nuevamente un molde rectangular grande (40x28 cm). Reservé.
- 3 Batí en la batidora los huevos, el agua, la vainilla y el Retirá de la batidora y mezclé delicadamente la **MAIZENA**® y la harina.
- 4 Colocé en el molde reservado y llevé a horno por 15 minutos o hasta que al introducir un palillo en la masa, salga limpio.
- 5 Retirá del horno y desmoldé caliente sobre un lienzo húmedo. Retirá el papel manteca y modelé, con el lienzo, formando un rollo. Reservé hasta que entibie.

### RELLENO

- 1 En una olla, junté el ananá y el azúcar y llevé a fuego medio. Cociné hasta que forme una mermelada. Retirá del fuego, agregé las pasas y dejé enfriar.
- 2 Desenrollé la masa reservada y colocé el relleno. Modelé como un rollo y espolvoreé el azúcar impalpable. Serví.

# POSTRE DE CHOCOLATE CON MARACUYÁ



**CANTIDAD DE PORCIONES:**  
12

**TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
2 horas

**PAÍS:** BRASIL

**TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

### MASA

- 3 huevos
- 5 cucharadas de azúcar
- 3 cucharadas de agua
- ½ cucharadita de esencia de vainilla
- 5 cucharadas de harina de trigo
- 5 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ cucharadita de polvo de hornear

### ALMÍBAR

- 1 cucharada de azúcar
- ½ taza de agua

- 2 cucharadas de jugo concentrado de maracuyá

### CREMA DE CHOCOLATE

- 6 cucharadas de **MAIZENA**®
- 2 tazas de leche
- 300 g de chocolate con leche picado

### CREMA DE MARACUYÁ

- 4 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 ½ taza de jugo concentrado de maracuyá
- 4 cucharadas de azúcar

- 200 g de chocolate blanco picado

### BAÑO

- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- ½ taza de agua
- ½ taza de pulpa de maracuyá fresco
- 2 cucharadas de azúcar

### PARA UNTAR Y ENHARINAR

- Margarina,
- Harina de trigo

### PARA FORRAR

- Papel manteca

## PREPARACIÓN

### MASA

- 1 Unté y forré con papel manteca un molde redondo mediano desmontable (25 cm de diámetro). Unté y enhariné el papel manteca. Reservé.
- 2 Calenté el horno a temperatura media (180 °C).
- 3 Batí en la batidora los huevos, el azúcar, el agua y la vainilla hasta que la masa esté blanda.
- 4 Retirá de la batidora y adicioné delicadamente la harina, la **MAIZENA**® y el polvo de hornear. Colocé en el molde reservado y llevé a horno por 25 minutos o hasta que al introducir un palillo en la masa, salga limpio. Esperé a que entibie, desmoldé y colocala nuevamente en el molde.

### ALMÍBAR

- 1 En un recipiente, mezclé el azúcar, el jugo y el agua. Humedecé la superficie del la masa horneada. Reservé.

### CREMA DE CHOCOLATE

- 1 En una olla mediana, disolvé la **MAIZENA**® en la leche y cociné a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese.

- 2 Retirá del fuego, adicioné el chocolate y mezclé hasta que se derrita.

- 3 Colocé sobre la masa y reservé hasta que enfrié.

### CREMA DE MARACUYÁ

- 1 En una olla mediana, disolvé la **MAIZENA**® en el jugo, adicioné el azúcar y cociné a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese.
- 2 Retirá del fuego, añadí el chocolate blanco y mezclé hasta que se derrita.
- 3 Colocé sobre la crema de chocolate y llevé a la heladera por 1 hora o hasta que esté firme.

### BAÑO

- 1 En una olla pequeña, disolvé la **MAIZENA**® en el agua, adicioné la pulpa de maracuyá y el azúcar y cociné a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese levemente.
- 2 Reservé hasta que enfrié.
- 3 Desmoldé el postre en un plato grande y colocé el almíbar. Serví.

# MUFFINS CON FRUTILLA Y CHOCOLATE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
50 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>MASA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 huevo</li> <li>▪ 4 cucharadas de margarina</li> <li>▪ 4 cucharadas de azúcar</li> <li>▪ 1 taza de harina de trigo</li> <li>▪ ½ taza de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ ½ taza de leche</li> <li>▪ 1 cucharadita de polvo de hornear</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 10 frutillas enteras y limpias</li> </ul> <p><b>COBERTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 cucharadas de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ 1 taza de leche</li> <li>▪ 6 cucharadas de azúcar</li> <li>▪ 6 cucharadas de cacao en polvo</li> <li>▪ 2 cucharadas de margarina</li> </ul> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

- PARA UNTAR Y ENHARINAR**
- Margarina
  - Harina de trigo
- PARA SERVIR**
- Moldes de papel

## PREPARACIÓN

- MASA**
- 1** Untá y enhariná 10 moldes para muffins pequeños (6,5 cm de diámetro). Reservá.
  - 2** Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
  - 3** En un bol, colocá el huevo, la margarina y el azúcar y mezclá hasta que esté homogéneo.
  - 4** Mezclá la harina y la **MAIZENA**®, intercalando con la leche, y mezclá hasta que forme una masa pastosa. Colocá el polvo de hornear y mezclá delicadamente.
  - 5** Distribuí una pequeña porción de masa en los moldes y colocá una frutilla en el centro de cada una. Cubrila con el resto de la masa.
  - 6** Colocá los moldes pequeños en una fuente rectangular grande (40x28 cm) y llevá a horno (180 °C) por 20 minutos o hasta que al introducir un palillo en la masa, salga limpio.

- COBERTURA**
- 1** Disolvé la **MAIZENA**® en la leche. Mezclá el azúcar y el chocolate y llevá a fuego, mezclando siempre, hasta que espese.
  - 2** Retirá del fuego, agregá la margarina y mezclá rápidamente. Reservá.
  - 3** Desmoldá los muffins y cubrilos con el baño.
  - 4** Colocalos en los moldes de papel y después en un plato grande. Serví enseguida.

# GALLETAS INTEGRALES CON SEMILLAS DE LINO Y SÉSAMO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
45 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ½ taza de harina de trigo integral</li> <li>▪ ½ taza de <b>MAIZENA</b>®</li> <li>▪ ½ taza de avena en hojuelas</li> <li>▪ 100 g de margarina</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 clara de huevo</li> <li>▪ 3 cucharadas de semillas de lino</li> <li>▪ 2 cucharaditas de sésamo</li> <li>▪ ½ cucharadita de sal</li> </ul> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PREPARACIÓN

- 1** En un recipiente, mezclá la harina, la **MAIZENA**®, la avena, la margarina, la clara, las semillas de lino, el sésamo y la sal. Mezclá con las puntas de los dedos hasta obtener una masa que se desprege de las manos.
- 2** Calentá el horno a temperatura media (180 °C).
- 3** En una superficie enharinada, estirá la masa con palo de amasar hasta un espesor de 0,5 cm y cortá cuadrados con cortapasta de 4x4 cm.
- 4** Colocá las galletitas en 2 moldes rectangulares grandes (40x28 cm) y pinchalas con un tenedor.
- 5** Llevá a horno por 15 minutos o hasta que dore. Dejá enfriar y sacalas de los moldes. Servilas.

# MANJAR DE COCO QUEMADO



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
10

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
3 horas y 40 minutos

 **PAÍS:** BRASIL

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

### MANJAR

- 1 taza de coco rallado
- 1 taza de azúcar
- ½ taza de agua
- 10 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 litro de leche
- 200 ml de leche de coco

### ALMÍBAR

- ½ taza de azúcar
- 3 cucharadas de agua
- 200 ml de leche de coco tibia

## PREPARACIÓN

### MANJAR

- 1** En una olla pequeña, colocá el coco y llevá a fuego medio, mezclando siempre, hasta que dore. Reservá.
- 2** En una olla mediana, colocá el azúcar y el agua. Llevá a fuego medio, sin mezclar, hasta que forme un almíbar dorado.
- 3** Disolvé la **MAIZENA**® en la leche. Agregá al almíbar, mezclá la leche de coco y el coco quemado reservado y cociná a fuego medio, mezclando siempre, hasta que espese.
- 4** Mojá un molde para budín mediano (22 cm de diámetro).
- 5** Colocá la crema y dejá enfriar. Llevá a la heladera por 3 horas o hasta que quede firme.

### ALMÍBAR

- 1** En una olla pequeña, colocá el azúcar y el agua y llevá a fuego medio, sin mezclar, hasta obtener un almíbar con color dorado. Agregá la leche de coco tibia y mezclá hasta formar un almíbar consistente.
- 2** Dejar enfriar y colocá sobre el manjar antes de servir.

# NATILLA DE MAIZENA®



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
3

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 50 g de **MAIZENA**®
- ½ litro de leche
- 50 g de azúcar

- 2 yemas
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

## PREPARACIÓN

- 1** Disolvé la **MAIZENA**® en un poco de leche.
- 2** Colocá en una olla el resto de la leche con el azúcar y llevá a fuego fuerte hasta que hierva.
- 3** Bajá el fuego, agregá la **MAIZENA**® disuelta poco a poco, dejá hervir nuevamente y revolvé durante 2 minutos.
- 4** Retirá, entibiá, revolviendo de vez en cuando, y añadí las yemas apenas batidas, mezclando muy bien.
- 5** Llevá a fuego suave y cociná 3 minutos revolviendo siempre. Poné la mezcla en recipientes individuales, bañados previamente con un almíbar de azúcar.
- 6** Dejá enfriar y desmoldá.

# HELADO DE DULCE DE LECHE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos y 3 horas en congelación

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 5 cucharadas de **MAIZENA**® (50 g)
- ¼ taza de azúcar impalpable (50 g)
- 400 g de dulce de leche
- ½ taza de crema de leche
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

## PREPARACIÓN

- 1 Disolvé la **MAIZENA**® y el azúcar en la leche.
  - 2 Agregá el dulce de leche y cociná a fuego medio, revolviendo continuamente hasta que hierva.
  - 3 Reducí el fuego al mínimo y cociná 3 minutos más, siempre revolviendo.
  - 4 Retirá del fuego, agregá la esencia de vainilla y mezclá.
  - 5 Una vez que esté fría, incorporá la crema batida y mezclá suavemente.
  - 6 Colocá en un recipiente, llevalo a la heladera. Cada hora sacá el recipiente y batilo para que vaya tomando textura cremosa.
- Nota:** Sacalo del congelador 15 minutos antes de servir para que se ablande.

# ISLA FLOTANTE DE CHOCOLATE Y BANANA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 2 cucharadas de **MAIZENA**®
- 1 taza de leche de soja
- 2 tazas de almibar de chocolate blanco
- ½ cucharadita de esencia de banana
- 5 claras batidas
- 2 cucharadas de azúcar
- 3 yemas de huevo

## PREPARACIÓN

- 1 En una olla, poné a hervir la leche de soja, añadí el chocolate blanco y la esencia de banana.
- 2 Dejá cocinar por 5 minutos a fuego bajo. Mientras, batí las claras de huevo con el azúcar hasta que estén firmes.
- 3 Pasalas una a una por la salsa anterior para cocinarlas por 30 segundos cada una; retíralas y ponelas en una fuente.
- 4 Tomá la salsa y colala para retirar los pedacitos de clara que quedaron.
- 5 Levá nuevamente la salsa a otra olla y añadile la **MAIZENA**® batida con las yemas. Volvé a prender el fuego muy bajito para que las yemas no se cocinen y revolvé constantemente hasta que hierva, apagá, bañá con esta salsa las islas puestas en un molde.

# MANTECADOS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
70

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
30 minutos

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 1 cucharada de margarina
- ½ taza y 1 cucharada de azúcar
- 4 huevos
- ⅔ taza de harina de trigo
- ⅓ taza de **MAIZENA**®
- 2 cucharaditas de polvo de hornear
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

## PREPARACIÓN

- 1** Batí la margarina con el azúcar hasta que esté bien cremosa.
- 2** Agregá los huevos uno a uno batiendo bien en cada adición.
- 3** Incorporá los ingredientes secos, la harina mezclada con la **MAIZENA**® y el polvo de hornear, mezclando muy bien los ingredientes.
- 4** Añadí la esencia de vainilla.
- 5** Colocá por cucharaditas en moldes de mini muffins.
- 6** Llevá a horno a 180 °C por 20 minutos.
- 7** Podés agregar a la preparación pasas o nueces picadas.

# CREMOSO DE CIRUELAS

 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
4 a 6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
45 minutos

 **PAÍS:** COLOMBIA

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 8 ciruelas peladas
- 2 tazas de leche
- ½ taza y 2 cucharadas de azúcar
- 1 rama de canela
- 3 cucharadas de **MAIZENA**®
- ½ taza de crema para batir

## PREPARACIÓN

- 1** Tomá seis ciruelas y pasalas por la licuadora con una taza de leche y 1/2 taza de azúcar.
- 2** Luego pasá por un colador fino. Poné esto en una olla y calentá a fuego lento con una rama de canela y la **MAIZENA**® disuelta en la taza de leche reservada.
- 3** Dejá que hierva y que continúe su cocción por 5 minutos. Retirá del fuego.
- 4** Aparte batí la crema con las dos cucharadas de azúcar y cuando tome punto nieve incorporá poco a poco a la mezcla de ciruelas.
- 5** Las dos ciruelas que te quedaron partilas en cuadraditos para decorar y les agregás las 2 cucharadas de azúcar para bajar su acidez.
- 6** Serví esta crema de ciruelas en copas transparentes, decorando con los trozos de ciruelas azucaradas.

# ALFAJORES DE CHOCOLATE



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
30 alfajorcitos

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- ½ taza de **MAIZENA**®
- 1 ⅓ taza de harina de trigo
- ½ taza de azúcar impalpable
- 150 g de margarina
- 3 yemas
- 2 barras de chocolate derretido
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- Dulce de leche
- Nueces picadas

## PREPARACIÓN

- 1** Mezclá la **MAIZENA**® y la harina, y colocalas en forma de corona sobre una superficie para amasar. Colocá en el centro el azúcar tamizado, la margarina en trocitos, las yemas, el chocolate derretido y la esencia de vainilla, incorporá bien todos los ingredientes.
- 2** Se formará una masa. No amases demasiado. Dejá descansar 30 minutos en la heladera.
- 3** Extendela no demasiado delgada y cortá medallones con un cortador de galletas redondo de 3 cm de diámetro o algún frasco que dé la medida.
- 4** Colocalos en una fuente para horno y cociná en horno a temperatura media (aprox. 100 °C) 8 minutos.
- 5** Retirá, dejá enfriar y uní de a dos tapas con el dulce de leche y pasá el borde por nueces picadas.

# BUDÍN CON TROCITOS DE DULCES



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
11

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 10 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 125 g de margarina
- 1 taza de azúcar (160 g)
- 2 huevos
- 1 ½ taza de harina (180 g)
- ½ taza de **MAIZENA**® (60 g)
- 2 cucharaditas de polvo de hornear
- ½ taza de leche (125 ml)
- ¼ taza de vino dulce
- 2 barras de chocolate
- 150 g de dulce de batata cortado en cubitos
- 150 g de dulce de membrillo cortado en cubitos
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

## PREPARACIÓN

- 1** Batí la margarina con el azúcar hasta que esté bien cremosa y añadí los huevos uno por uno mezclando bien.
- 2** Mezclá la **MAIZENA**® con la harina y el polvo de hornear e incorporá a lo anterior alternando con la leche y el vino dulce.
- 3** Agregá el chocolate en trocitos, el dulce de batata y membrillo pasados por harina, y la esencia de vainilla. Mezclá.
- 4** Colocá en un molde de budín inglés de 24 cm de largo, untado con margarina y enharinado. Cociná en horno moderado aproximadamente 45 minutos.
- 5** Dejá 5 minutos en el molde y desmoldá. Enfría y serví solo o con un baño de chocolate.

# CHOCOMASITAS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
11 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
25 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 100 g de margarina
- ½ taza de azúcar (80 g)
- ¼ taza de azúcar negra (50 g)
- 1 huevo
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- ¾ taza de harina (90 g)
- ¼ taza de **MAIZENA**® (30 g)
- ½ cucharadita de polvo de hornear
- ¾ cucharadita de sal
- 1 taza de chocolate cortado en cuadraditos (150 g)

## PREPARACIÓN

- 1** Batí la margarina con los dos azúcares hasta que esté bien cremosa.
- 2** Agregá el huevo, la esencia de vainilla y mezclá.
- 3** Cubrí la **MAIZENA**® con la harina, el polvo de hornear y la sal y añadí a lo anterior mezclando muy bien toda la preparación.
- 4** Por último, incorporá el chocolate.
- 5** Colocá la preparación por cucharaditas separadas una de otra en una fuente untada con margarina y enharinada.
- 6** Horneá a fuego fuerte 10 minutos.
- 7** Retirá y poné en una rejilla de alambre para enfriar.

# MASITAS DE NARANJA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
30 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
1 hora y 20 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 180 g de margarina
- 1 taza de azúcar impalpable
- 3 huevos
- 1 taza de harina
- ½ taza de **MAIZENA**®
- 1 ½ cucharadita de polvo de hornear
- 1 naranja (ralladura y jugo)

## PREPARACIÓN

- 1** Batí la margarina con el azúcar hasta que esté cremosa.
- 2** Añadí los huevos de a uno mezclando bien entre cada uno.
- 3** Incorporá los ingredientes secos, la harina, la **MAIZENA**® y el polvo de hornear tamizados, alternando con la ralladura y jugo de naranja. Mezclá bien.
- 4** Colocá en un molde cuadrado de 22 cm, untado con margarina y enharinado. Cociná a horno moderado (180 °C) 30 minutos.
- 5** Retirá y glaseá con el azúcar impalpable disuelto en el jugo de naranja.
- 6** Cortá en 36 masitas.

# MASITAS HÚNGARAS



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
20 unidades

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
2 horas

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- ¾ taza de **MAIZENA**® (90 g)
- 1 ¾ taza de harina leudante (210 g)
- 5 cucharadas de azúcar
- 20 g de margarina
- 3 yemas
- Ralladura de limón

### RELLENO

- 1 taza de azúcar (200 g)
- 4 barritas de chocolate
- 4 claras
- 150 g de nueces picadas
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 250 g de mermelada de durazno

## PREPARACIÓN

- 1 Colocá en la mesa en forma de corona la **MAIZENA**® y la harina mezcladas.
- 2 Poné en el centro el azúcar, la margarina, las yemas y la ralladura de limón.
- 3 Mezclá los ingredientes del centro y andá agregando los demás formando una masa sin trabajarla demasiado. Dejá descansar 1 hora en la heladera.
- 4 Aparte colocá a baño María los ingredientes del relleno y derretí el chocolate mezclando bien. Retirá y dejá enfriar.
- 5 Forrá con la masa un molde rectangular o cuadrado mediano, untado con margarina y enharinado. Pintá con mermelada de durazno y cubrí con el relleno de chocolate.
- 6 Colocá en horno moderado (180 °C) más o menos 30 minutos.
- 7 Retirá, dejá enfriar y cortá cuadrados.

## SUGERENCIAS

Si no tenés harina leudante, podés agregarle una cucharada de polvo de hornear a la harina de trigo para obtener el mismo efecto.

# NATILLA



 **CANTIDAD DE PORCIONES:**  
6

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
20 - 30 minutos

 **PAÍS:** MÉXICO

 **TIPO DE PLATO:**  
Postres y galletitas

## INGREDIENTES

- 8 yemas
- ½ litro de leche
- ½ litro de crema de leche
- 200 g de azúcar

- 1 cucharada de **MAIZENA**®
- 1 ramita de canela
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

## PREPARACIÓN

- 1 Disolvé la **MAIZENA**® en una taza de leche con canela y esencia de vainilla, y reservá.
- 2 Poné a hervir la leche restante y la crema. Batí las yemas y el azúcar, agregá la **MAIZENA**® y mezclá bien.
- 3 Incorporá la crema y la leche hervida y llevá al fuego unos 30 ó 40 segundos, para luego retirar. Llevá a la heladera.
- 4 Antes de servir, batí con batidor de alambre para que se airee un poco.



**MAIZENA**