

Taller de Cocina en Familia en



Y las recetas a cocinar....



- **PASTELITOS DE CARNE**
- **BUÑUELOS DE BACALAO**
- **PLUM CAKE DE NUECES Y CHOCOLATE**

RecetaKA

PLUM CAKE DE NUECES Y CHOCOLATE

Ingredientes para 10 personas: 4 Huevos / 360 gr Harina / 360 gr Azúcar / 1 sobre levadura / 160 gr Mantequilla / 100 gr Chispas de chocolate / 1/2 cucharadita canela/ 1/2 cucharadita de sal/ 100 gr Nueces



Elaboración

1. Trocear las nueces y reservar
2. En un bol mezclar los huevos con el azúcar hasta blanquear. A continuación añadir la mantequilla derretida y seguir mezclando. Precalentar el horno a 185º
3. Añadir la canela, la sal y la harina y la levadura tamizadas. Mezclar con movimientos envolventes.
4. Incorporar las nueces troceadas y las chispas de chocolate. Mezclar bien
5. Engrasar un molde con mantequilla o forrar de papel de horno. Incorporar la masa en el molde. Hornear 30 minutos a 185°C.

*Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres **supervisen, ayuden y se diviertan** cocinando con los niños*

RecetaKA

BUÑUELOS DE BACALAO

Ingredientes para 4 personas:

250 g bacalao desalado / 1 pimiento verde / 3 dientes de ajo / 200 g harina / 10 g levadura / 1 huevo / 50 g mantequilla / 200 ml leche / vinagre / aceite de oliva / sal / un manojo de cilantro



Elaboración

1. Poner el bacalao a desalar si no es fresco. Poner la mantequilla en un bol y derretirla en el microondas.
2. **Para hacer la masa de los buñuelos:** poner en un bol la harina, la levadura, la leche, el huevo, la mantequilla y una pizca de sal. Mezclar bien con la varilla y dejar fermentar un par de horas.
3. Picar finamente el pimiento y un diente de ajo. Pocharlo en una sartén con un poco de aceite
4. Confitar el bacalao con abundante aceite y dos dientes grandes de ajo aplastado. Desmiguar el bacalao y añadirlo a la sartén con los ajos y el pimiento . Saltear brevemente e incorporar todo a la masa de los buñuelos. Mezclar
5. Poner a calentar abundante aceite en un cazo. Verter pequeñas cantidades de masa con ayuda de una cuchara.
6. Retirar los buñuelos cuando estén bien dorados y escurrir sobre papel absorbente.

Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres supervisen, ayuden y se diviertan cocinando con los niños

RecetaKA

PASTELITOS DE CARNE

Ingredientes para 4 personas: ½ kilo de carne picada / 1 bote de salsa de tomate / 1 cebolla / 2 dientes de ajo / 1 pimiento / 4 patatas / Mantequilla / Pimienta negra / Orégano / Perejil / Nuez moscada



Elaboración

1. Cortar la cebolla, el pimiento y el ajo en brunoise muy pequeño
2. Realizar un sofrito. Primero el ajo y la cebolla, y cuando tenga un poco de color añadir el pimiento
3. Salpimentar la carne picada y añadirla al sofrito. Cocinarla durante unos 10 min a fuego medio (que no se tueste)
4. Una vez cocinada añadir orégano y reservar.
5. En una cacerola poner las patatas a hervir. Recordar que todas deben ser del mismo tamaño aproximado para que se cuezan a la vez, y que suelen tardar en cocerse unos 20 minutos
6. Dejar enfriar las patatas. Una vez frías añadir una cucharada grande de mantequilla, sal y pimienta negra (o nuez moscada) a gusto y aplastar con un tenedor para formar el puré.
7. Para emplatar, poner primero una capa de puré intentando. Después la mezcla de la carne, y el resto del puré dándole la forma deseada

*Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres **supervisen, ayuden y se diviertan** cocinando con los niños*