



# Llibre de receptes

курс elemental 2

Gener-març de 2023



## Hernán

### Meló amb vi

- 1.- Agafeu un meló bastant madur i feu-li un forat al cul (del meló).
- 2.- Traieu-ne el contingut raspant amb una cullera gran.
- 3.- Després, obriu una ampolla de vi blanc i poseu-lo dins del meló pel forat que hem fet, fins a la meitat del espai.
- 4.- Ompliu el meló amb el suc i trossos que havíem tret abans.
- 5.- Finalment, poseu-li una mica de sucre *glacé* i bastant gel.
- 6.- Poseu-hi una canya i ja ho tenim.



Noemi

## Patata a la Huancaína

# Patata a la Huancaína

Constitueix un dels plats més representatius de les receptes més populars i tradicionals que ha anat passant de generació en generació de la cuina Peruana.



### Ingredients

- 1 quilo de patates
- Unes fulles d'enciam
- 200 grams de formatge blanc
- 100 grams de nous
- 1 cebes mitjanes
- 2 *ajies* grocs picants
- ½ tassa de llet
- Galetes de soda
- Oli, sal
- 2 ous

## Elaboració

- En una cassola amb oli, sofregiu els *ajies* grocs picants i els les cebes tallades i remeneu-ho tot junt
- Quan el sofregit tingui color, poseu-lo a la liquadora. A la mateixa liquadora poseu-hi el formatge, les nous, la llet, les galetes de soda, l'oli i la sal, i es liqua tot junt.
- Bulliu les patates i els ous
- Poseu unes fulles d'enciam per decorar el plat
- Poseu les patates bullides, tallades pel mig
- Sobra les patates poseu-hi la salsa preparada i els ous bullits
- Bon profit

**Francia Elena**

## **Cuixes de pollastre amb coca-cola**

Ingredients:

- Cuixes de pollastre
- Espècies
- Ceba
- Coca-cola
- Alls
- Farina
- Oli
- Ketchup
- Sal

Preparació:

1. Salpreu les cuixes de pollastre amb les espècies, i la sal i reserveu-les
2. Talleu la ceba a rodanxes petites i els alls i poseu-ho en una paella a foc suau
3. En una altra olla poseu-hi les cuixes de pollastre, fins que estiguin de color daurat
4. Afegiu la ceba i els alls al pollastre i barregeu-los bé
5. Poseu-hi una cullerada petita de farina i ketchup
6. Finalment poseu-hi la coca-cola i deixeu-ho a foc suau durant 20 minuts



Zineb

Tagín marroquí

# Tajín marroquí

- Ingredients:

Verdures

patates - pastanagues - pèsols -

pebrot vermell - tomàquet - ceba.

Carn: que s'hi pot posar (Pollastre

Xai - vedella...)



- Com es prepara

Primer renta les verdures, talla-

les, i posa l'oli i la ceba i la

carn a baix de tot. Després

posa la verdures ordenades i

posa-hi les especies (la sal, el

pebre, el safrà, les tòfones...) i

finalment ho posem el foc.



**Liz Karina**

## **Llom saltat peruà**

Ingredients:

- 500 grams de carn
- 1 ceba tallada a grills
- 2 Tomàquets tallats a grills
- 2 grans d'all triturats
- 2 cullerades d'oli
- 1 cullerada de vinagre
- 2 cullerades de salsa de soja
- 50 grams de cebollí en trossos petits
- Opcional: ½ \*ají groc peruà sense llavors, en tires primes
- Pebre i sal al gust



Passos:



- 1.- Per començar, col·loca la carn a trossos en un recipient, posa-li pebre, all i sal al gust, mescla-la i deixa-la reposar durant 15 minuts.
- 2.- Després, en una paella, col·loca-hi oli i quan estigui calent, daura la carn només durant 1 minut i retira-la. Reserva el llom en un plat a part i cobreix-lo.
- 3.- En la mateixa paella, a foc alt, afegeix-hi 1 cullerada d'oli, aboca la ceba, el tomàquet i l'ají groc, fregeix-ho uns segons i posa-hi la salsa de soja i el vinagre. Mou els ingredients durant 1 minut i amb cura perquè es conservi el tomàquet.
- 4.- Després, agrega la carn i salta-la a foc alt durant un altre minut més.
- 5.- Finalment, escampa el cebollí sobre el preparat i apaga el foc.
- 6.- Per a servir el llom saltat, acompanya'l amb arròs blanc i patates fregides.

Giulliane

*Brigadeiro*



## BRIGADEIRO



15 porcions



30 minuts

### INGREDIENTS

- 1 pot de llet condensada
- 3 cullerades (soperes) de xocolata en pols
- 1 cullerada (sopera) de mantega
- (FIDEUS DE XOCOLATA, PER DECORAR)

### MÈTODE DE PREPARACIÓ

1. En una cassola poseu-hi la llet condensada amb la xocolata en pols i la mantega.
2. Barregeu-ho bé i poseu-ho a foc lent, remenant sempre fins que es desprengui del fons de la cassola (uns 10 minuts).
3. Retireu-ho del foc, passeu-ho a un plat untat amb mantega i deixeu-ho refredar.
4. Amb les mans untades amb una mica de mantega, enrotlleu-ho en boles i enrotlleu-les per les fideus de xocolata.
5. Serviu-ho en motlles de paper.



**Jolie Geraldine**

## **Gnocchi de carbassa amb espinacs i salsa de formatge blau**

### INGREDIENTS

*Gnocchi*:

25 g. Carbassa

16 g. Farina o sèmola

Sal

Salsa

Espinacs

Llet de coco

Formatge blau

Nous trossegades

 2 comensals

### PREPARACIÓ

1. Talla la carbassa a trossos de mida similar, perquè la cocció sigui el més uniforme possible.
2. En un bol apte per al microones, posa la carbassa i tapa-la amb film (amb uns foradets que permetin la sortida de vapor). Uns 10 minuts a màxima potencia.
3. Aixafa la carbassa amb una forquilla.
4. Afegeix la farina i un pessic de sal al puré de carbassa i barreja. En una taula enfarinada amassa-ho tot fins que puguis formar una bola compacta i no s'enganxi.
5. Divideix la massa i forma xurros i amb un ganivet enfarinat talla'ls a un dit de gruix i posa'ls en un plat amb farina i fes boletes que pots perfeccionar amb una forquilla.
6. Posa una olla amb aigua i sal i quan bulli, tira-hi els *gnocchi*, quan surin agafa'ls amb una escumadora i posa-les en un escurador.
7. Posa en una paella un bon raig d'oli d'oliva amb una mica de all i salta els espinacs i afegeix-hi la llet de coco i cuina-ho uns 5 minuts. Afegeix-hi el formatge i les espècies, remena bé fins que es fongui el formatge.
8. Afegeix-hi els *gnocchi*, i les nous trossegades. Remena-ho un parell de minuts i retira-ho del foc.

### CONSELLS

La carbassa cal coure-la al forn o al vapor (bullida absorbeix molta aigua)

El temps de microones pot variar

La quantitat de farina pot variar

Bon profit!!!





## Samia

### Galetes d'ametlles

Ingredients:

- 2 ous
- 150 gr. de mantega
- 150 gr. de sucre
- 500 gr. de farina
- Oli
- Ametlles en pols
- Vainilla
- Un pessic de sal

Preparació:

En un bol hi posem els dos ous, els 150 grams de sucre, els 150 grams de mantega, la vainilla i un pessic de sal, i ho remenem bé amb la batedora elèctrica.

Després hi afegim un got d'oli, 500 grams de farina i les ametlles en pols.

Remenem bé la barreja i formem boletes petites amb l'ajuda de l'oli perquè no s'enganxi la massa.

Posem les boletes en una safata i la posem al forn a una temperatura de 180 graus durant 20 minuts.

I ja està llest per menjar!



## Alexandra

### Escudella i carn d'olla

#### Ingredients:

- Pastanaga
- Porro gros
- Mitja col
- 1 Ceba
- 2 troncs de l'enciam
- 3 Patates grosses
- 200 grams de cigrons
- 1 Contra cuixa i cama de gallina
- Jarret de vedella
- Os de pernil
- Os d'espina de porc
- 300 grams de cansalada de porc
- 300 grams de morro i orella de porc
- 1 Peu de porc
- 1 Botifarra negra
- 1 Botifarra blanca
- 200 grams de pasta de sopa
- Mandonguilla de carn de bou i porc

#### Preparació:

Poseu una olla amb aigua a bullir. Condimenteu-ho amb all, porro i sal. Poseu-hi la carn i els cigrons una mica cuits. Després quan la carn estigui una mica tova, introduïu-hi les verdures. Al cap d'una estona afegiu-hi les patates, les mandonguilles i la pasta. Després reviseu i traieu la carn que ja estigui cuinada. També reviseu i traieu les verdures cuinades. Per últim punxeu les botifarres i poseu-les a la sopa.

Aquesta preparació es cuina mes o menys en dues hores i mitja.

Se serveix en una safata gran la carn. En una altra safata se serveixen els cigrons, les patates i la verdura. El brou amb pasta el servim en una cassola.



## Alexandra

### *Salpicon*. Beguda colombiana

Ingredients:

- Trossos de papaia
- Trossos de plàtan
- Trossos de síndria
- Maduixes

Preparació:

Prepareu un suc de papaia i deixeu una part d'aquesta fruita per tallar-la a trossos.

Macereu la síndria i deixeu alguns trossos a part.

Barregeu el suc de papaia amb la síndria macerada.

Afegiu-hi els trossos de papaia i els trossos de síndria.

També afegiu-hi el plàtan tallat a quadrats i les maduixes tallades a rodanxes.

Se serveix fred amb una culleradeta de llet condensada.



## Soumia

### *Batbot*

Ingredients:

Pas 1.

- 500 gr. de farina
- 150 gr. de llevat de pa
- 1 cullerada de sucre
- 1 cullerada de sal
- 1 cullerada d'oli d'oliva
- Aigua

Pas 2.

- 4 patates (a trossets petits)
- 1 llauna de blat de moro
- 1 llauna de tonyina
- Olives verdes i negres
- Maionesa
- 2 cullerades d'oli
- Sal



Preparació:

Pas 1.

En un bol, barreja la farina, la sal, el sucre, el llevat i l'oli d'oliva amb aigua calenta fins que es torni una massa.

Deixa-la reposar uns 30 minuts.

Després aplanar la massa i tallar-la en un cercle de 20 centímetres. Llavors torna-la a deixar 30 minuts.

Posa un paella gruixuda al foc i posa-hi el pa i deixa'l fins que estigui bo.

Pas 2.

En un bol barregeu el blat de moro, l'enciam, les patates fregides, la tonyina, les olives verdes i negres amb la maionesa i 2 cullerades d'oli i sal.

Aquesta amanida, poseu-la dins del pa que hem preparat abans.

**Mohamed Farouk**

## **Tagín marroquí amb carn i prunes**

Ingredients:

Espècies: cúrcuma, canyella,  
espècies del ras el Hanout

Sal i oli

Carn de vedella

Cebes

Alls

Prunes seques

Sucre

Branques de canyella



Preparació:

Primer, barregeu les espècies, i en un bol fondo poseu-hi la meitat de la quantitat d'oli i afegiu-hi la cúrcuma, la canyella, les espècies de ras el Hanout (condiment marroquí) i la sal.

Després barregeu la barreja.

Poseu els trossos de carn en aquest condiment i submergiu-los bé.

Després escalfeu el tagín.

Poseu-hi la resta d'oli. Després afegiu-hi les cebes i deixeu-ho fins que es marqui.

Mentrestant, peleu els alls, després afegiu els trossos de carn amb el condiment i una mica d'aigua i deixem que la carn es sofregeixi bé.

Mentrestant, coeu les prunes seques, poseu-les en una olla amb una quantitat adequada d'aigua i unes branques de canyella i poseu-les al foc fins que estiguin tendres.

Després d'això, afegiu-hi dues cullerades de sucre i una culleradeta de canyella i torneu-ho als fogons fins que es converteixi en mel.

Després de fregir la carn, afegiu-hi unes branques de canyella i una tassa mitjana d'aigua i deixeu-la a foc lent durant una hora.

Que aprofiti!

# Fidel

## Una recepta de cuina ruandesa

### Ingredients:

- patates
- carn de vaca
- tomàquets
- cebes
- aigua

### Preparació:

Primer peleu les patates i després talleu-les a trossos.

A continuació, agafeu els tomàquets i talleu-los també a trossos petits.

Després arriba el moment de les cebes. Talleu-les també a trossos molt petits.

A continuació, poseu tots aquests ingredients, ja preparats, en una cassola i poseu-hi aigua fins a la meitat i poseu-hi una tapa.

Aleshores, poseu la cassola al foc ben viu.

Passats trenta minuts, quan comenci a bullir, abaixeu el foc. Deixeu-ho bullir a poc a poc. Continueu controlant el nivell de l'aigua fins que tot estigui ben cuit.

Finalment atureu el foc i espereu una estona, uns minuts, i després serviu el menjar.

Bon profit!



## Saida

### Bastonets de formatge

#### Ingredients:

- 120 gr. de farina
- 50 gr. de llet
- 5 gr. de sal
- 3 gr. de sucre
- 5 gr. de llevat
- 25 gr. de mantega
- Ou per pintar

#### Elaboració:

Amasseu tots els ingredients.

Dividiu la massa, convertiu-la en boletes i deixeu-la reposar 20 minuts

Estireu les boletes a la mida del bastonet.

Pinteu els bastonets amb ou.

Poseu-hi formatge per sobre i enforneu-ho.



## Latifa

### *Bassbossa*

Ingredients:

Pas 1:

- 180 ml. de suc de taronja
- 180 ml. d'aigua
- 150 gr. de sucre
- Pell de taronja



Pas 2:

- 2 ous
- 130 gr. de sucre
- Pell de taronja
- 100 ml. de llet
- 80 ml. d'oli
- 240 gr. de sèmola mitjana
- 2 cullerades de farina
- 15 gr. de llevat
- 180 ml. de suc de taronja



Pas 1.

Poseu un cassó al foc amb aigua, sucre i pell de taronja uns 10 minuts.

Deixeu-ho bullir, poseu-hi el suc de taronja i apagueu el foc.

Pas 2.

En un bol barregeu 2 ous amb el sucre.

Poseu-hi el suc de taronja sense deixar-ho de barrejar.

Després, poseu-hi l'oli, la llet i la pell de taronja

Barregeu la farina amb el llevat i després afegiu-los a la mescla i afegiu-hi la sèmola també.

Barregeu-ho tot i poseu-ho en una safata per al forn, untada amb mantega i esquitxada amb sèmola.

I, al final, poseu-la al forn calent a 180 graus durant 25 minuts.

Un cop estigui cuit, traieu-la del forn i regueu-la amb l'almívar que heu preparat prèviament. I decoreu-la amb coco en pols.



Samira

## Pastís de pastanaga

### Ingredients:

- 2 tasses de farina de blat
- 2 cullerades de llevat en pols
- 1 1/2 cullerades de bicarbonat de sodi
- 1 cullerada de sal
- 2 cullerades de canyella molta
- 1/4 de cullerada de nou moscada molta
- 1 tassa d'oli vegetal
- 1 tassa de sucre granulat
- 1 tassa de sucre moreno
- 4 ous
- 2 cullerades d'extracte de vainilla
- 3 tasses de pastanagues ratllades
- 1 tassa de nous picades (opcional)

### Per al glassejat de formatge crema:

- 1 paquet de formatge crema, a temperatura ambient
- 1/2 tassa de mantega, a temperatura ambient
- 3 1/2 tasses de sucre glas
- 1 cullerada d'extracte de vainilla



## PASTÍS DE PASTANAGA

### Instruccions:

Preescalfa el forn a 350 graus . Greixa i enfarina dos motlles rodons de 23 centímetres i reserva'ls.

En un bol mitjà, mescla la farina, el llevat en pols, el bicarbonat de sodi, la sal, la canyella i la nou moscada. Reserva-ho.

En un bol gran, bat l'oli, el sucre granulat i el sucre moreno fins que estiguin ben barrejats .

Afegeix-hi els ous un per un, barrejant bé després de cada addició. Afegeix-hi l'extracte de vainilla i barreja-ho bé.

Afegeix-hi la barreja de farina en tres parts, barrejant bé després de cada addició.

Afegeix-hi les pastanagues ratllades i les nous (si s'utilitzen) i barreja-ho bé.

Aboca la massa en els motlles preparats i forneja'ls durant 25 a 30 minuts, o fins que un ganivet inserit al centre surti net.

Deixa refredar els pastissos en els motlles durant 10 minuts, després retira'ls dels motlles i col·loca'ls en reixes perquè es refredin completament.

Per preparar el glassejat de formatge crema, bat el formatge crema i la mantega junts fins que estiguin suaus i cremosos.

Afegeix-hi gradualment el sucre glas i bat la masa fins que estigui ben barrejada.

Afegeix-hi l'extracte de vainilla i bat fins que el glassejat estigui suau i ben combinat.

Col·loca una capa de pastís en un plat per servir i cobreix-la amb una capa generosa de glassejat.

Col·loca l'altra capa de pastís a sobre i cobreix-la amb la resta del glassejat. Utilitza una espàtula per estendre el glassejat fins que estigui ben cobert per tot el pastís.

Decora el pastís amb nous picades (opcional) i serveix-lo.

Lucy

## Pancakes de civada i plàtan

### Ingredients:

- 100g- 150g de flocs de civada
- Mig got de llet
- Un plàtan madur
- Un ou
- Un pessic de sal o sucre
- Oli d'oliva o mantega

### Preparació:

Posa el plàtan tallat en un bol, després afegeix-hi mig got de llet, un ou, un pessic de sal o sucre (segons el gust) i cent o cent cinquanta grams de flocs de civada.

Aleshores amb una batidora elèctrica tritura tots els ingredients fins que obtinguis una massa homogènia.

Seguidament en una paella prèviament escalfada amb un toc d'oli d'oliva o mantega afegeix-hi una mica de la barreja intentant que quedi de forma circular i quan vegis que li comencen a sortir bombolles dona-li la volta i deixa-la que es faci per l'altra banda.

Per acabar serveix-les en un plat acompanyades amb mel, xarop, fruita, nata o qualsevol altre ingredient del teu gust.



## Yasin

### Pa de pessic

#### Ingredients:

- 3 ous
- 1 tassa de llet i oli
- 1 tassa de sucre
- 3 tasses de farina
- 2 sobres de llevat

#### Preparació:

Bateu els ous al bol i afegiu-hi una tassa de sucre i una tassa de llet i oli.

Afegiu-hi dues tasses de farina al principi i comenceu a barrejar-ho tot.

Després hi aboqueu la tercera tassa de farina i després dos sobres de llevat.

Finalment, quan ja tenim al massa llesta, ho posem en un motlle rodó. I ho posem al forn a 200° durant 20 minuts.

