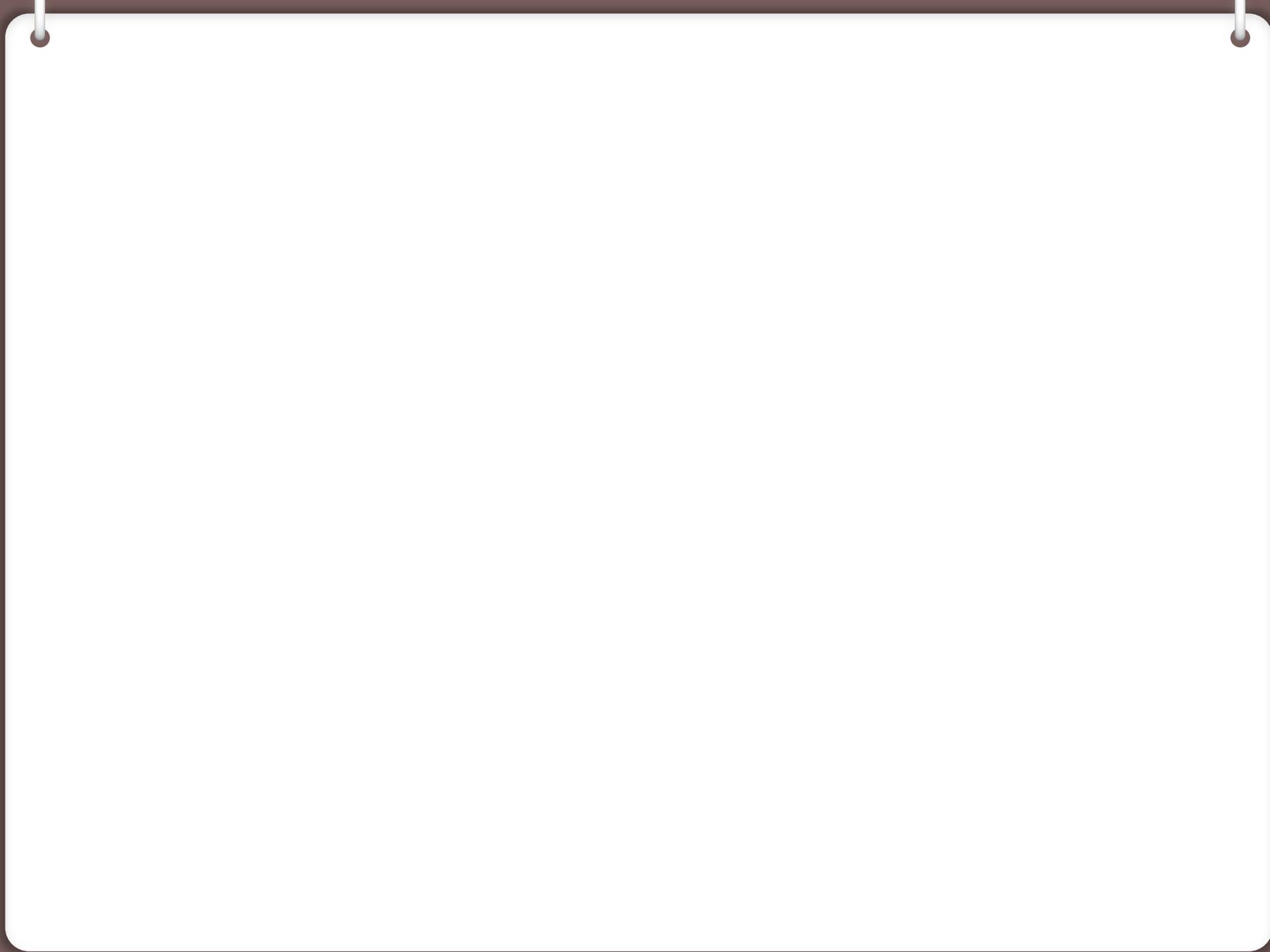


# 2020

---

UN AÑO DE RECETAS

CLASE 3N



El calendario que tienes en tus manos es el proyecto culminante de los estudiantes en la clase de Español 3N del colegio secundario de Malverne. El proyecto comenzó con un borrador acerca de la cultura y comida de los países de los estudiantes y sus recuerdos familiares. Como ejemplo, los estudiantes leyeron *Como agua para chocolate* de Laura Esquivel en el cual cada capítulo es la historia de cómo una receta surgió e influyó en la vida de la autora y su familia. Por ende, algunas recetas publicadas en este calendario son una muestra de cómo la cultura ha influenciado lo que comemos. Por medio de ensayo y error los estudiantes desarrollaron sus recetas para los propósitos de la lengua y traducción. El recuerdo personal de cada estudiante y sus experiencias fueron tomadas en cuenta y el diseño de la página fue individual. Los estudiantes leyeron, reflexionaron, colaboraron, compartieron y escribieron sobre sus platos favoritos y los recuerdos asociados.

¡Esperamos les guste hacer alguna de sus recetas!

*Yvonne Daza*

Teacher and District Chair Malverne UFSD

# Empanadas de queso

Tiempo: 1 hora



## Ingredientes:

Dificultad:  
fácil

<u>3</u>	Tazas de harina
<u>1</u>	Cucharadita de levadura
<u>1</u>	Cucharadita de sal
<u>1</u>	Taza de leche
<u>1</u>	Huevo
<u>1</u>	Taza de queso

## Preparación:

- Tamiza la harina, sal y el polvo de hornear en un tazón grande
- Mezcla la leche caliente, huevo y harina para formar una masa
- Extiende la masa sobre una superficie enharinada
- Cortar la masa en formas circulares
- Agregar queso y dobla las esquinas
- Cocine la masa en aceite caliente

ESTA ES UNA DE MIS RECETAS FAVORITAS PORQUE ME  
RECUERDA A ECUADOR

# ENERO 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20 School Closed	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

# Chocolate Caliente

Tiempo: 1/2 hora



## Ingredientes:

Dificultad:  
fácil

- 1 tableta de 100 gr. de chocolate para taza
- 2 palitos de canela
- 1 taza con agua
- 1 taza con leche
- 1 taza con leche evaporada *Carnation*
- Azúcar al gusto
- 1 cucharadita de vainilla

## Preparación:

1. En una olla, coloca la tableta de chocolate, el agua, la canela y cocina a fuego medio durante 15 minutos hasta que estén bien especito.
2. Agrega la leche y bate.
3. Cuando hierba, agrégale la taza de *Carnation*, la cucharadita de vainilla y azúcar al gusto y continúa batiendo unos segundos más.

# FEBRERO 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17 School Closed all week	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

# Aborrajadas

Tiempo: 30 minutos

4 personas

## Ingredientes:

- 1 plátano maduro
- 1 rodaja de queso
- 1 huevo
- 2 cdas. de maicena
- 1 cdas. de azúcar
- 1/4 cdta. de bicarbonato de soda
- 1/4 cdta. de sal
- 1-2 cdas. de leche
- 2 tazas de aceite para freír



**Sra. Daza**

Dificultad: Media

Esta es una de mis recetas favoritas porque mi abuela las hacía cuando teníamos visita. Nosotras, sus nietas, nos encargábamos de pasarlas a la mesa. Ella tarareaba una de sus canciones alegres mientras las hacía y nos contaba historias de su niñez. Mis hermanas, prima y yo nos imaginábamos estar en una de sus muchas aventuras contadas. Cada vez que las hago con mis hijas, la recuerdo. La memoria de quienes amamos permanece en nuestros corazones para siempre. ❤️

## Preparación:

1. Pelar y cortar el maduro en tajadas.
2. Freír las rodajas de maduro en aceite en una sartén hasta que se doren.
3. Escurrir luego en papel de cocina.
4. Aplastar y envolver queso previamente cortado en rodajas.
5. Batir harina, azúcar, bicarbonato de sodio y sal juntos. Agregue el huevo y suficiente leche hasta crear una masa medio espesa.
6. Sumergir "sánduches" de maduro en la masa hasta cubrir.
7. Repetir pasos 2 y 3.

# MARZO 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18 Cumple la Sra. Daza	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

# PURÉ DE PAPA

## Ingredientes

4-8 patatas para cocer (uso 1 patata

mediana/2 pequeñas por persona)

Sal (1 cucharita para cocer las patatas)

50 ml de mantequilla sin sal (si usas mantequilla con sal no añades más sal antes de probarlo primero!)

75 ml de nata para cocinar

25 ml leche entera

Sal y pimienta a gusto

## Preparación

- Pela las patatas y, si son grandes, córtalas por la mitad.
- En una olla grande cubre las patatas con agua.
- Déjalas hervir por unos 20 minutos – media hora. Estarán hechas cuando se pueda pinchar fácilmente con un tenedor.
- Cuela las patatas y devuélvelas a la olla.
- En una sartén pequeña calienta la nata, la leche, y la mantequilla.
- Añade los líquidos a las patatas y machácalas con un Potato Masher.
- Añade más leche y sal/pimienta a gusto.

Mi receta favorita es el puré de papa. Esta receta me recuerda a mi tío porque cuando prepara para la cena de Acción de Gracias. Se prepara en mi casa en la tarde. Estamos toda la familia junta disfrutando el tiempo bueno.



**Marilyn Flores**

# ABRIL 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8 School Closed until April 17	9	10	11
12	13	14	15 Cumple Marilyn	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

## Ingredientes:

- 1 taza de arroz
- 6 tazas de leche entera
- 1 raja de canela
- ½ taza de azúcar
- Una pizca de sal

## Arroz Con Leche



## Preparación:

1. Lavar bien el arroz, enjuagar, cuando quede claro significa que está bien lavado. Pon la leche en una olla de tamaño mediano con la canela y la pizca de sal. Hervir y añade el arroz ya lavado, cocinar en fuego lento por 1 hora y 15 min o hasta que el arroz esté tierno y suave.
2. Puede quitar la canela o dejarla. Añade el azúcar, cocinar por 15-20 minutos o hasta que quede bien suave y cremoso. Revolver con frecuencias para que no se quemz.
3. Retire del fuego y puede servir caliente o frío.

# MAYO 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25 School Closed Memorial Day	26	27	28	29	30 Cumple Carla
31	1	2	3	4	5	6

# MANGÚ DOMINICANO



## Ingredientes:

- 6 plátanos verdes
- 4 tazas de agua
- ¼ barra de mantequilla
- 1 cebolla blanca grande
- 1½ tazas de agua fría
- 2 cucharaditas de aceite vegetal
- 2 cucharaditas de sal

## Preparación:

1. Poner cuatro tazas de agua a hervir junto con la sal. Mientras hierve, retirar la piel de los plátanos verdes y córtalos por la mitad. Luego, incorpóralos al agua hirviendo y deja que se cocinen durante 10 minutos.
2. Una vez cocidos, retíralos del fuego y tritúralos con un mortero. Conforme los trituras agrega el agua fría poco a poco y la mantequilla. Luego, pon a calentar el aceite vegetal a fuego medio y **fríe la cebolla** cortada en aros cuando esté caliente.
3. Coloca el puré de platáno en el plato y sobre éste los aros de cebolla fritos.

# JUNIO 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16 Last Day High School	17 Regents Starts	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4



# ESPUMILLAS

Dificultad: Fácil

## Ingredientes:

- 20 guayabas medianas
- 1 taza de azúcar
- 3 claras de huevo

## Descripción:

Mi receta favorita es espumilla. Esta receta me recuerda a mi abuela cuando estábamos en el mercado porque siempre las vendía afuera. Se prepara cuando hay un cumpleaños y toda mi familia se reúne.

## Preparación:

1. Cocinar las guayabas peladas y colarlas
2. Usar una batidora eléctrica y mezclar las claras de huevo hasta punto de nieve
3. Agregue el puré de guayaba y el azúcar y siga batiendo hasta que sea una espuma espesa
4. Sirva la espumilla en un cono y agregue confeti de azúcar

Gissell Vasquez

# JULIO 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

# MOFONGO DE CHICHARRÓN

**4 PLÁTANOS 2 AJOS 1 MANTEQUILLA 1 LIBRA CHICHARRÓN 1/2 QUESO**

Freir los plátanos, luego majarlos con ajo y mantequilla y queso hasta que esté listo para agregar los trocitos chicharrón.

Mi receta favorita es el mofongo de chicharrón. Esta receta me recuerda a mi abuelo cuando lo comíamos en mi casa para algún evento special.



**Brian Capellán**

# AGOSTO 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24 Cumple Brian	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

# TOSTONES

Dificultad: Fácil

## Ingredientes:

- 3 plátanos verdes
- 2 tazas de aceite vegetal
- Sal al gusto

## Preparación:

1. Pon el plátano en agua caliente y luego pela el plátano verde. Cortar en rebanadas gruesas
2. Poner las rebanadas a freír en aceite caliente hasta que estén dorados
3. Saca las rebanadas del aceite y aplástalos con un aplastador de madera o roca. Después volver a freírlos y ponerles sal

## Descripción

Mi receta favorita son tostones. Esta receta me recuerda a mi madre cuando estamos en Ecuador porque mi madre siempre ayudaba a mi abuela hacerlas. Se preparaba en la casa y se comían para el almuerzo con toda la familia

Gissell Vasquez



# SEPTIEMBRE 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20 Cumplen Gissell y Kamill	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

## Ingredientes:

Dificultad:  
Fácil

6 Papas grandes  
2 Cucharadas de aceite de oliva  
2 Taza de cebolla blancas picadas  
2 Cucharaditas de aceite de achiote  
1 Taza de queso mozzarella  
1 Cuchara de sal

## Preparación:

- Hervir las papas por 10-15 minutos
- Caliente el aceite para prepara un refrito de cebollas y achiote hasta que estén dorado
- Machacar las papas y agregar las cebollas
- Haga bolitas de papa y rellena con queso rallado o picado
- Aplane las bolas de papa en forma de panqueque
- Cocínelas en una plancha caliente hasta que se doren

# Llapingachos

Tiempo: 1 hora y 30 minutos



ESTA ES UNA DE MIS RECETAS FAVORITAS PORQUE ME  
RECUERDA CUANDO MI ABUELA EN ECUADOR LAS COCINABA

# OCTUBRE 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16 Cumple Daniel	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

# BUÑUELOS

## Ingredientes:

- 1 taza de leche
- 1 rama de canela
- 150 g de mantequilla
- Ralladura de un limón
- 1 y  $\frac{2}{3}$  tazas de harina
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de levadura en polvo
- 6 huevos medianos
- 2 tazas de aceite vegetal
- \*Azúcar en polvo para servir



## Preparación:

PARA 30 PERSONAS

1. Calentar la leche, canela, ralladura de limón y mantequilla.
2. Cuando la mezcla esté hirviendo, retire la canela y agregue la harina y el polvo de hornear.
3. Revuelva durante 5 minutos, manteniendo la cacerola al fuego.
4. Retirar del fuego y agregar los huevos uno a la vez, batiendo vigorosamente.
5. Cuando la masa esté suave (puede usar una batidora de mano si es necesario), deje reposar por una hora

- Agregue el aceite a un sartén a fuego medio-alto
- Cuando el aceite esté caliente como para freír, comience a colocar cuidadosamente bolitas de masa en la sartén con suficiente espacio para que las bolas de masa permanezcan separadas.
- Cuando comiencen a dorarse, déles vuelta. Una vez cocidas, van a flotar en el aceite.
- Retire los buñuelos de la sartén uno a uno con una cuchara ranurada y colóquelos sobre toallas de papel.

Espolvorea con azúcar en polvo y sirve de inmediato.

# NOVIEMBRE 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12 Cumple Justin	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

# CEVICHE PERUANO



## Ingredientes:

- 1 kg camarones
- 1/2 taza de jugo de almeja (clam)
- 1 tomates rojos
- 1 cebolla morada
- 1.5 ají Picante
- 6 limones
- 1 naranja
- 1/2 rama de cilantro picado
- 1/2 rama de perejil picado
- 1 cucharadita de Pimienta
- 0.75 cucharadita de Sal

## Preparación:

1. Hervir los camarones por un par de minutos.
2. Picar la cebolla y colocar en una taza con agua y sal
3. Dejar reposar por 5 minutos.
4. Pelar los tomates, el ají picante al gusto y colocar todos los ingredientes en un tazón.
5. Exprimir las naranjas y los limones, agregar el jugo y el jugo de almejas a la mezcla anterior.
6. Dejar reposar en la nevera por 3 horas.

# DICIEMBRE 2020

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

