

Recetario

casera

Al gusto Casero





Sabías que...

- ✓ A través de los años los productos **Casera** se han convertido en parte esencial de la cocina puertorriqueña.
- ✓ Desde la rica y espesa salsa de tomate **Casera**, el arroz grano mediano Casera y nuestra variedad de habichuelas Casera las únicas en salsa de tomate.
- ✓ En **Casera** nos hemos dedicado a diseñar recetas con variedad de texturas y sabores con el gusto puertorriqueño.
- ✓ Ese sabor único que tanto buscan nuestros consumidores a la hora de preparar sus comidas lo complementan con productos **Casera**.

Disfruten de estas recetas fáciles y rápidas de hacer para que las incluyas en tu cocina diaria.



Arroz Mamposteao

Ingredientes:

- 1 pedazo de longaniza equivalente a 2 chorizos
- 2 oz. de jamón de cocinar picadillo
- 2 cdas. de sofrito
- ½ cdta. de oregano
- ½ cdta. de cilantrillo
- 1 cdta. de adobo
- 1 cubito de caldo de pollo
- ½ lata de salsa de tomate **Casera**
- 2 cdas. de aceite
- 1 pimiento morrón en tiras
- 2 latas de habichuelas rosadas **Casera**
- 3 tazas de arroz **Casera**
- 2 tazas de agua

Procedimiento:

Sofríe la longaniza sin que se queme y bota parte de la grasa que suelta. Incorpore el jamón y el sofrito y sofría por unos minutos. Sazona con el orégano, el culantrillo y el adobo en polvo. Agrega el caldo, la salsa y el aceite mezclando bien. Añada el pimiento morrón, las habichuelas, el arroz y el agua. Baja el fuego cuando seque, revuelva y tape. Cocine por 20 minutos o hasta que el grano esté tierno.





Sopa de Pollo y Habichuelas Negras

Ingredientes:

- 1 cda. de aceite de oliva
- ¼ taza de cebolla blanca picadita
- 2 cdtas. de ajo bien picado
- 2 cdas. de chili en polvo
- 1 cda. de orégano en hoja seco
- ¼ cdta. de comino en polvo
- 2 cdtas. de harina de todo uso
- 1 lb. de pollo cocido desmenuzado
- 4 tazas de caldo de pollo caliente
- 1 lata escurrida de Habichuelas Negras **Casera**
- 1 taza de tomate cortado en trozos pequeños
- Sal a gusto
- Cilantrillo o culantro picadito para decoración

Procedimiento:

En una cacerola mediana, a fuego mediano, añada el aceite, espere que caliente y sofría la cebolla y el ajo por unos 3 minutos. Incorpore el chili en polvo, el orégano, el comino y la harina. Mezcle hasta que se incorporen todos los ingredientes.

Añada el caldo de pollo caliente, el pollo desmenuzado. Luego las habichuelas y los tomates. Una vez que hierva, ponga a fuego bajo, sin tapar espere unos 15 minutos.

De ser necesario añada sal. Sirva y decore con cilantrillo.

Sirve para 4 personas



Garbanzos Guisados en Calabacín, Tomate y Cilantrillo

Ingredientes:

- 1 cda. de aceite de oliva
- 1 cda. de ajo picado
- ¼ taza de tomate cortado en cuadros pequeños
- ¾ taza de calabacín verde, cortado en cuadros pequeños
- 1 lata escurrida de Garbanzos **Casera**
- ¼ taza de caldo de vegetales
- ½ cdta. de sal
- ¼ cdta. de pimienta
- 1 cda. de cilantrillo picado
- ¼ cdta. de jugo de limón

Procedimiento:

En un sartén grande, a fuego mediano, caliente el aceite, añada el ajo y sofría por un minuto. Incorpore los tomates y el calabacín, saltee por unos 5 minutos o hasta que el calabacín esté tierno.

Añada el caldo y los garbanzos. Mantenga a fuego medio por 8 minutos. De ser necesario añada sal.

Añada el cilantrillo, el jugo de limón y sazone con sal, pimienta.

Sirve para 4 personas

Salsa Criolla de piña colada

Ingredientes:

- 16 onzas de caldo de pollo cocido
- 1 taza de cebollas cortadas en cuadritos pequeños
- ½ taza de pimienta roja cortado en cuadritos pequeños
- ½ taza de pimienta verde cortado en cuadritos pequeños
- 8 oz. de Salsa de Tomate **Casera**
- ¼ de aceitunas picadas en trozos
- 2 cdas. de aceite de cocinar
- ½ cdta. de ajo machacado
- 2 cubitos de jamón
- 1 cda. de sazón culantro y achiote
- 1 cdta. de azúcar morena
- Sal a gusto

Procedimiento:

En un caldero pequeño echar el aceite, calentarlo a fuego mediano y sofreír el ajo con los pimientos, cebollas y aceitunas hasta que doren un poco.

Integrar el caldo de pollo con la salsa de tomate y calentar .

Luego que esté caliente añadir los cubitos de jamón, el sazón, el azúcar morena y sal a gusto. Espesar con un poco de Maizena.

Esta salsa es ideal para combinarla con cualquier carne o pescado.

Sirve para 4 porciones

Ensalada a la Jardinera con Garbanzos

Ingredientes:

- 12 de papas rojas
- 2 latas de Garbanzos **Casera**
- 1 lata de guisantes
- 1 taza de cebollín
- ½ taza de cebolla lila
- ½ taza de cilantrillo
- 1 taza de aceite de oliva extra virgen
- 1 cda. de ajo
- ½ de sal
- ½ de azúcar

Procedimiento:

Hervir la papas rojas por 10 minutos, luego retirarlas y ponerlas a reposar hasta que se enfríen. Luego picarlas en trozos.

En un envase redondo profundo echar la taza de aceite extra virgen , el ajo, sal y el azúcar.

Ecurrir el líquido de la latas de garbanzos y guisantes verdes; luego echarlos en el envase con las papas rojas.

Chopear (picar con rapidez en diminutivo tamaño) el cebollín, la cebolla lila y el cilantrillo e integrarlo al envase.

Con un cucharón mezclar bien todos los ingredientes.

Sirve para 4 Porciones





Salteado de Habichuelas Blancas y Espinaca

Ingredientes:

- 2 cdas. de aceite de oliva extra virgen
- ¼ taza de cebolla blanca picadita
- 1 diente de ajo machacado
- 1 lata escurrida de Habichuelas Blancas **Casera**
- 2 tazas de espinaca fresca, lavada
- ½ taza de albahaca fresca, cortada finamente
- Sal de Mar a gusto
- Pimienta molida a gusto

Procedimiento:

En sartén mediano a fuego moderado caliente el aceite con la cebolla y el ajo. Sofría por dos minutos.

Añada las habichuelas blancas y cocine por un minuto.

Incorpore la espinaca, una pizca de sal y mezcle bien hasta que la espinaca comience a amortiguar.

Remueva del fuego y añada la albahaca, un poco de aceite de oliva y la pimienta. Sirva como acompañante.



Habichuelas Horneadas

Ingredientes:

- 1 lata de Habichuelas Rosadas **Casera**
- ¼ cebolla cortada en cuadros
- 2 cdas. de azúcar morena
- 4 cdas. de ketchup
- ½ cda. de mostaza Dijon
- 1 cda. de vinagre de manzana
- 1 oz. de salsa inglesa (Worcestershire sauce)
- Salsa picante gusto
- Sal y pimienta a gusto
- 1 taza de tocineta picadita

Procedimiento:

Escorra las habichuelas rosadas y déjelas aparte.

Mezcle todos los ingredientes restantes en una licuadora.

Añada la salsa a las habichuelas y mezcle bien.

Lleve la mezcla en un plato para hornear, coloque la tocineta sobre las habichuelas, tápelo bien y horneé a 350°F por 35 minutos.

Gandules en vinagreta

Ingredientes:

- 2 latas de gandules **Casera**
- 1 cebolla picadita
- 2 ajíes dulces picaditos
- 1 recaó picadito
- 1 sobre de condimento criollo sazón
- 1 taza de aceite de oliva
- ½ taza de vinagre
- 1 cda. de sofrito
- Sal a gusto

Procedimiento:

Combina todos los ingredientes y refrigera. Puedes prepararlo el día antes de servirlo para que los gandules tomen más sabor.

Ensalada de Habichuelas Blancas con Pechuga Salteada

Ingredientes:

- 12 oz. de pechuga
- 12 oz. lechuga romana
- 10 oz. lechuga americana
- 4 oz. de repollo lila
- 1 lata de Habichuelas Blancas **Casera**
- Queso parmesano rallado (a gusto)
- Queso mozzarella rallada (a gusto)
- Queso cheddar rallado (a gusto)
- 1 zanahoria
- Nueces trituradas (a gusto)
- Vinagre balsámico (a gusto)

Procedimiento:

Cocinar y cortar en cuadritos la pechuga de pollo.

Cortar la lechuga romana, la americana y el repollo en trozos pequeños. Escurrir las habichuelas blancas y mezclarlo con todos los quesos, las zanahorias y nueces con las lechugas.

Añadirle los pedazos de pollo encima de la ensalada junto con el vinagre balsámico.

Sirve para 4 Porciones



Ensalada de Granos

Ingredientes:

- 1 lata de garbanzos **Casera**
- 1 lata de habichuelas negras **Casera**
- 1 ½ taza de habichuelas coloradas **Casera**
- 1 ½ taza de habichuelas pintas **Casera**
- 3 tomates grandes, sin semillas y picadito pequeño
- 1 ½ taza de maíz tierno
- 1 ½ taza cebolla lila picadita
- ¾ taza de pimientos morrones picadito
- ¼ taza cilantro fresco picadito
- 1 ½ cda. de ajo molido
- 4 cdas. de jugo de limón
- 1 ½ cda. de aceite de oliva extra virgen
- 2 ½ cda. de comino en polvo
- Sal y Pimienta a gusto

Procedimiento:

Lave todos los granos con agua en un escurridor y póngalos en un envase. Añada los tomates, el maíz, la cebolla y los pimientos. Combine en un envase pequeño el jugo de limón, el aceite de oliva y el ajo. Añada aderezo a los granos y sazone el comino, la sal y la pimienta. Sirva sobre lechuga o como “dip” con “chips” o galletas. Rinde 6 porciones como ensalada.



Arroz con Habichuelas y Chorizo

ingredientes:

- ¼ taza de aceite de oliva
- 1 taza de cebolla picaditas
- ½ pimiento verde picadito
- 2 cdtas. de ajo molido
- 2 chorizos rebanados
- 1 sobre de sazón con culantro y achiote
- 2 tazas de caldo de pollo
- 2 tazas de arroz grano mediano **Casera**
- 2 tazas de habichuelas coloradas **Casera**
- ½ tazas de pimiento morrón picadito

Procedimiento:

En un caldero mediano echar los chorizos y cocinar hasta que queden doraditos.

Luego añade las cebollas, ajo y pimiento y cocina por 2 a 3 minutos.

Añade el resto de los ingredientes, sazona al gusto y cocina a fuego lento bien tapadito por 20 minutos.



Caderas y Muslos de Pollo en Salsa de Garbanzos

Ingredientes:

- 2 libras de caderas y muslitos de pollo deshuesados y adobados
- ¼ taza de aceite de oliva
- 1 cebolla en tiritas
- 2 cdtas. de ajo molido
- ½ pimienta verde en tiritas
- ½ pimienta roja en tiritas
- 1 lata de Garbanzos **Casera**
- ¼ lata de Salsa de Tomate **Casera**
- 1 cdta. de curry
- 1 cdta. de jengibre
- 1 taza de caldo de pollo
- ½ taza de cilantrillo fresco picadito
- ½ de taza de crema espesa
- Sal a gusto

Procedimiento:

En un sartén echar un poco de aceite de oliva y cocinar el pollo hasta que queden doraditas por ambos lados. Retirar del sartén y colocarlas aparte.

En el mismo sartén echar las cebollas, ajo, pimienta y saltear por 2 a 3 minutos.

Añade las caderas y el resto de los ingredientes, sazona a gusto, tapa y cocina por 20 a 25 minutos.

Sirve 4 porciones





Enchiladas Casera

Ingredientes:

- 2 lbs. de carne molida de pavo
- 1 cebolla picada
- 1 cda. de sazónador de taco
- 1 cdta. de comino
- $\frac{3}{4}$ cda. de pimienta
- 1 queso crema
- 1 taza de habichuelas negras **Casera**
- 1 $\frac{1}{2}$ taza de tomates picados
- 2 cebollines picados
- $\frac{1}{2}$ taza de salsa de tomate **Casera**
- 2 cdas. de orégano
- 1 cda. de perejil
- 1 cda. de albahaca
- 2 cdas. de cilantro
- 1 pizca de azúcar
- $\frac{3}{4}$ de taza de yogur sin sabor
- Tortillas de maíz
- Queso molido

Procedimiento:

Caliente el horno a 350 grados F. Cocine la carne en un sartén y agregue la mitad del queso, comino, sazónador, cebolla, tomates y las habichuelas negras. Coloca una porción en el medio de la tortilla de maíz; enrolla y coloca en el molde. Prepara la salsa y en una olla mezcla la mantequilla, la salsa de tomate, el albahaca, el orégano, el perejil y el azúcar. Vierte la salsa y el queso sobre las tortillas. Colócalas en el horno de 15 a 20 minutos sin cubrir. Adorna con cilantro y sirve.

¡Buen Provecho!

