

YAMID MUÑOZ

DULCE NAVIDAD

10 RECETAS PARA HACER EN FAMILIA

YAMID
MUNOZ

YAMID MUÑOZ

DULCE NAVIDAD

10 RECETAS PARA HACER EN FAMILIA

YAMID
MUNOZ

Título original: *Dulce navidad. 10 recetas para hacer en familia.*

Todos los derechos reservados.

© 2021, Yamid Muñoz.

No se permite la reproducción parcial o total de este documento, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el consentimiento previo y escrito del autor.

La violación de los derechos mencionados con anterioridad puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual.

YAMID
MUNOZ

La navidad es una época de compartir con quienes amamos,
dar de una forma desinteresada y disfrutar una buena comida.

A ti apreciado lector...

¡Te deseo una feliz navidad y prospero año nuevo!

Atentamente, Yamid Muñoz

El origen de la navidad	6
Gastronomía navideña	8
Recetas para hacer en familia	10
• Almojobanas	11
• Brownie	12
• Buñuelos	13
• Galletas de chips de chocolate	14
• Galletas de coco	15
• Muffins de vainilla y arándanos	16
• Pan de bono	17
• Pan de yuca	18
• Pannacotta de limón	19
• Torta alle nocciole	20

**EL ORIGEN DE LA
NAVIDAD**

El origen de esta festividad se remonta a casi 1800 años atrás, cuando los romanos celebraban durante la tercera semana de diciembre una fiesta en honor al dios Saturno (dios de la agricultura y la cosecha), esta celebración que casualmente coincidía con el solsticio de invierno (el día en que el sol sale más tarde y se oculta más temprano)

El papa Julio I fijó el 25 de diciembre como la fecha de navidad, ya que en calendario juliano (introducido por el emperador julio cesar y utilizado en esa época) era ese día cuando ocurría el solsticio de invierno, celebrado por muchos pueblos y tribus de ese entonces.

No fue hasta el año 440 que el papa León Magno estableció el 25 de diciembre como la conmemoración del nacimiento de Jesucristo, y luego en el 529 (casi un siglo después) el emperador Justiniano declaró esta celebración como una festividad del entonces imperio romano.

GASTRONOMÍA NAVIDEÑA



A lo largo y ancho del mundo existen millones de personas que tienen diferentes tradiciones al celebrar la navidad, pero algo muy común en casi todos los países es disponer de esta festividad acompañados de una buena comida y una variedad culinaria especial con la intención de compartir y fraternizar.

Este tipo de tradición gastronómica históricamente presenta comidas y alimentos con una alta cantidad calórica...

(esto debido al consumo extra de energía que realiza el cuerpo para mantener el calor durante una época que en muchos lugares del mundo es fría e invernal)

Por lo regular la tradición navideña suele abarcar alimentos con características dulces: Galletas, pasteles, postres, etc...

**RECETAS PARA HACER
EN FAMILIA**



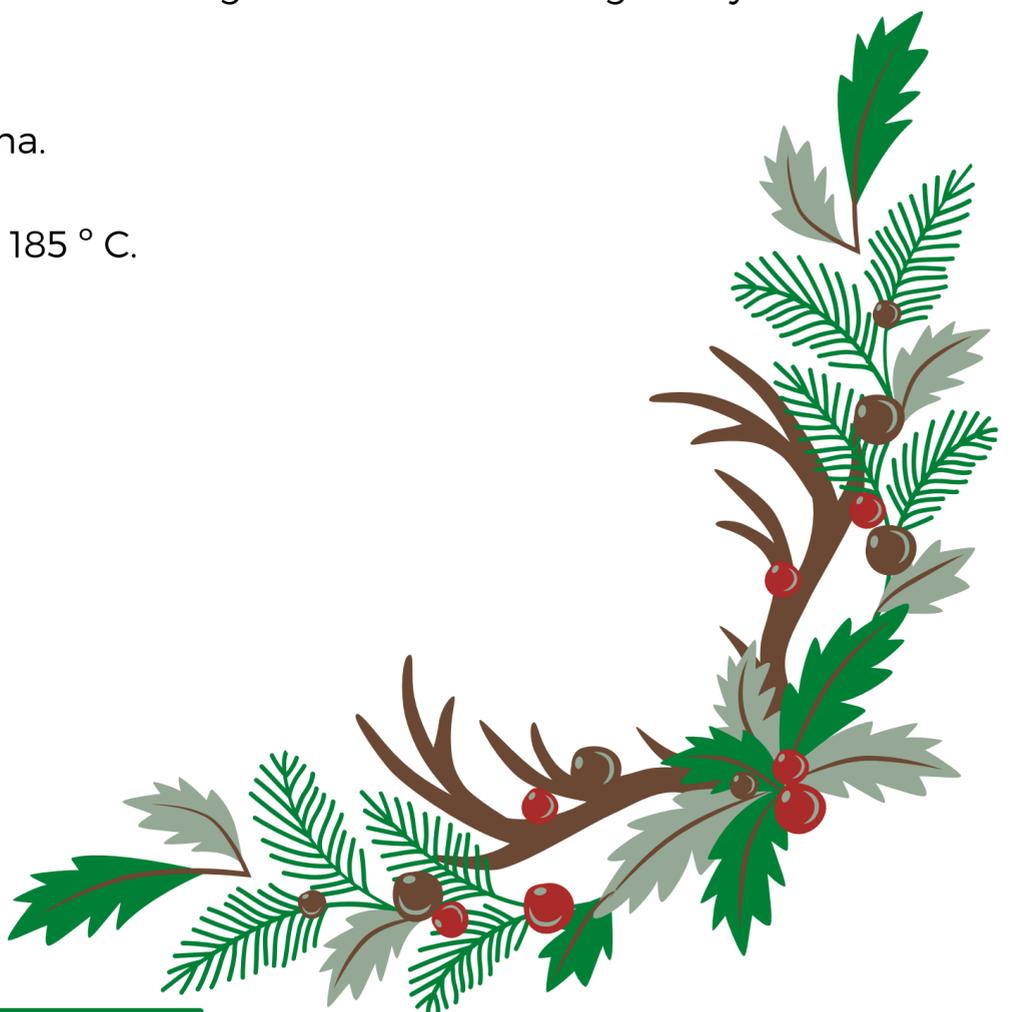
ALMOJÁBANAS

INGREDIENTES:

- Cuajada..... 1000 gramos
- Queso campesino..... 500 gramos
- Fécula de maíz..... 150 gramos
- Harina de maíz..... 100 gramos
- Leche en polvo..... 100 gramos
- Huevos..... 2 Unidades
- Azúcar..... 75 gramos
- Sal..... 8 gramos
- Almidón..... 100 gramos
- Polvo de hornear..... 10 gramos
- Mantequilla..... 60 gramos

PROCEDIMIENTO:

- 1) Con ayuda de una batidora triturar ambos el queso junto con la cuajada hasta obtener una mezcla fina.
- 2) Añadir los ingredientes secos (*fécula, harina de maíz, leche en polvo, azúcar, sal, almidón de yuca y polvo de hornear*) junto con la mantequilla a temperatura ambiente, mezclar muy bien.
- 3) Agregar los 2 huevos e incorporar hasta lograr una masa homogénea y consistente que no se cuartee.
- 4) Hacer bolitas de 40 gr cada una.
- 5) Hornear durante 15 minutos a 185 ° C.





BROWNIE

INGREDIENTES:

- Cobertura de chocolate..... 125 gramos
- Mantequilla..... 150 gramos
- Huevos..... 2 Unidades
- Yemas..... 2 Unidades
- Harina..... 80 gramos
- Cocoa..... 20 gramos
- Azúcar morena..... 200 gramos
- Sal..... 5 gramos
- Esencia de vainilla..... 5 gramos

PROCEDIMIENTO:

- 1) En un bowl derretir la mantequilla. Una vez fundida y caliente agregar el chocolate triturado y derretir con el calor de la mantequilla.
- 2) Agregar los huevos y yemas junto con el azúcar, la sal y la esencia de vainilla. Mezclar muy bien.
- 3) Tamizar la harina junto con la cocoa y agregar de manera envolvente a la mezcla hasta obtener un batido homogéneo y sin grumos.
- 4) Disponer de la mezcla en un molde previamente engrasado y dejar reposar durante 10 minutos.
- 5) Hornear durante 25 minutos a 180 ° C.





BUÑUELOS

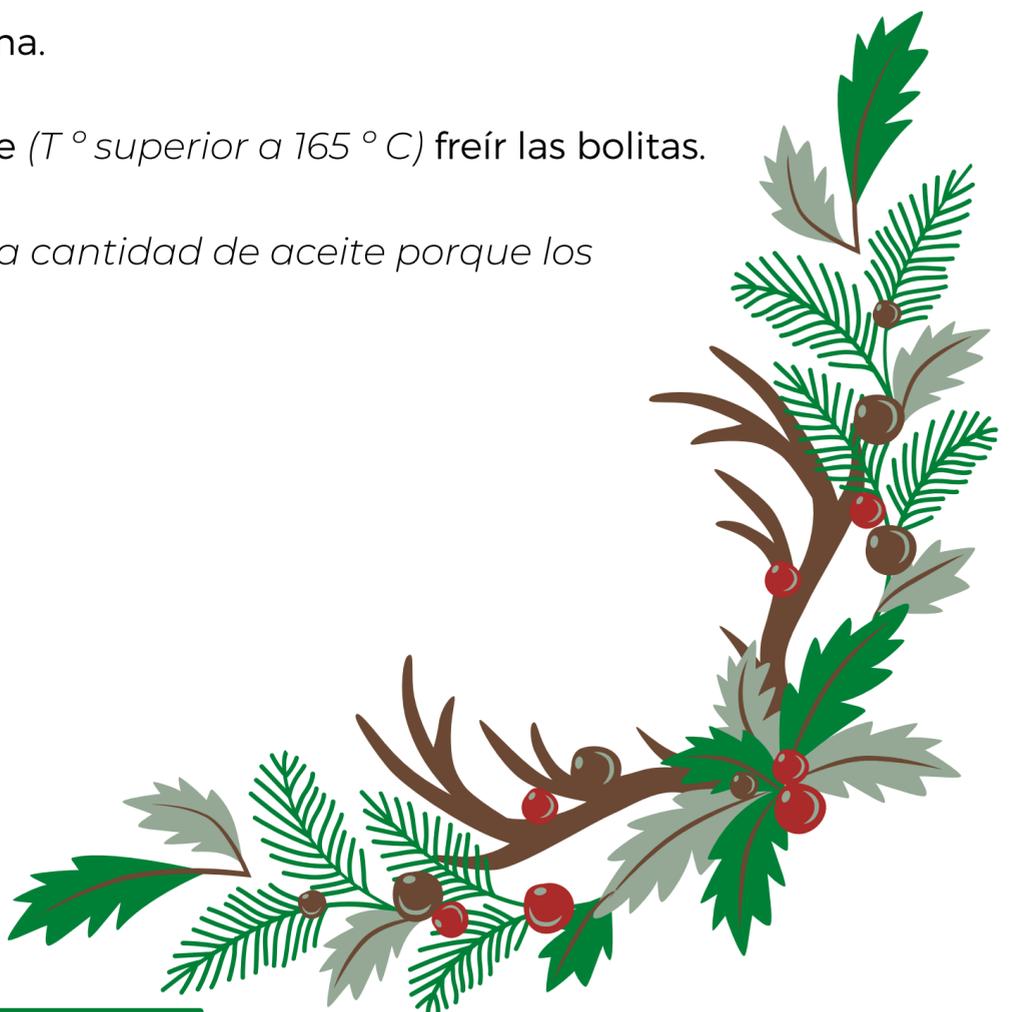
INGREDIENTES:

- Queso costeño..... 1000 gramos
- Fécula de maíz..... 600 gramos
- Almidón de yuca..... 400 gramos
- Azúcar..... 250 gramos
- Huevos..... 8 Unidades
- Leche..... 270 mililitros
- Polvo para hornear..... 15 gramos

PROCEDIMIENTO:

- 1) Con ayuda de un batidor triturar el queso muy bien.
- 2) En un bowl agregar todos los ingredientes secos (*fécula de maíz, almidón de yuca, azúcar y polvo de hornear*) junto con el queso triturado y mezclar.
- 3) Añadir los huevos junto con la leche hasta obtener una masa homogénea y consistente.
- 4) Hacer bolitas de 50 gr cada una.
- 5) En una olla con aceite caliente (*T ° superior a 165 ° C*) freír las bolitas.

(*Se debe disponer de una buena cantidad de aceite porque los buñuelos deben flotar*).





GALLETAS CON CHIPS DE CHOCOLATE

INGREDIENTES:

- Harina..... 295 gramos
- Bicarbonato..... 4 gramos
- Sal..... 5 gramos
- Chips de chocolate..... 310 gramos
- Mantequilla..... 250 gramos
- Panela molida..... 210 gramos
- Azúcar..... 160 gramos
- Huevos..... 2 Unidades

PROCEDIMIENTO:

- 1) Con ayuda de un batidor mezclar la mantequilla con el azúcar hasta que estos estén homogéneamente incorporados.
- 2) Agregar los huevos uno a uno y mezclar muy bien.
- 3) Añadir los ingredientes secos (*harina, bicarbonato, sal, panela molida y chips de chocolate*), mezclar hasta obtener una masa homogénea y consistente.
- 4) Armar bolitas de aproximadamente 25 gr cada una.
- 5) Hornear durante 10 minutos a 150 ° C.





GALLETAS DE COCO

INGREDIENTES:

- Coco deshidratado..... 400 gramos
- Leche condensada..... 400 gramos
- Claras de huevo..... 2 Unidades
- Sal..... 3 gramos

PROCEDIMIENTO:

- 1) Combinar el coco con la leche en un bowl.
- 2) Aparte batir las claras junto con la sal hasta obtener una especie de merengue suave.
- 3) De manera muy delicada combinar de manera envolvente el merengue con la mezcla de coco y leche.
- 4) Hacer bolitas de 30 gr cada una.
(Se puede disponer de cucharas para este paso).
- 5) Hornear durante 25 minutos a 165° C.





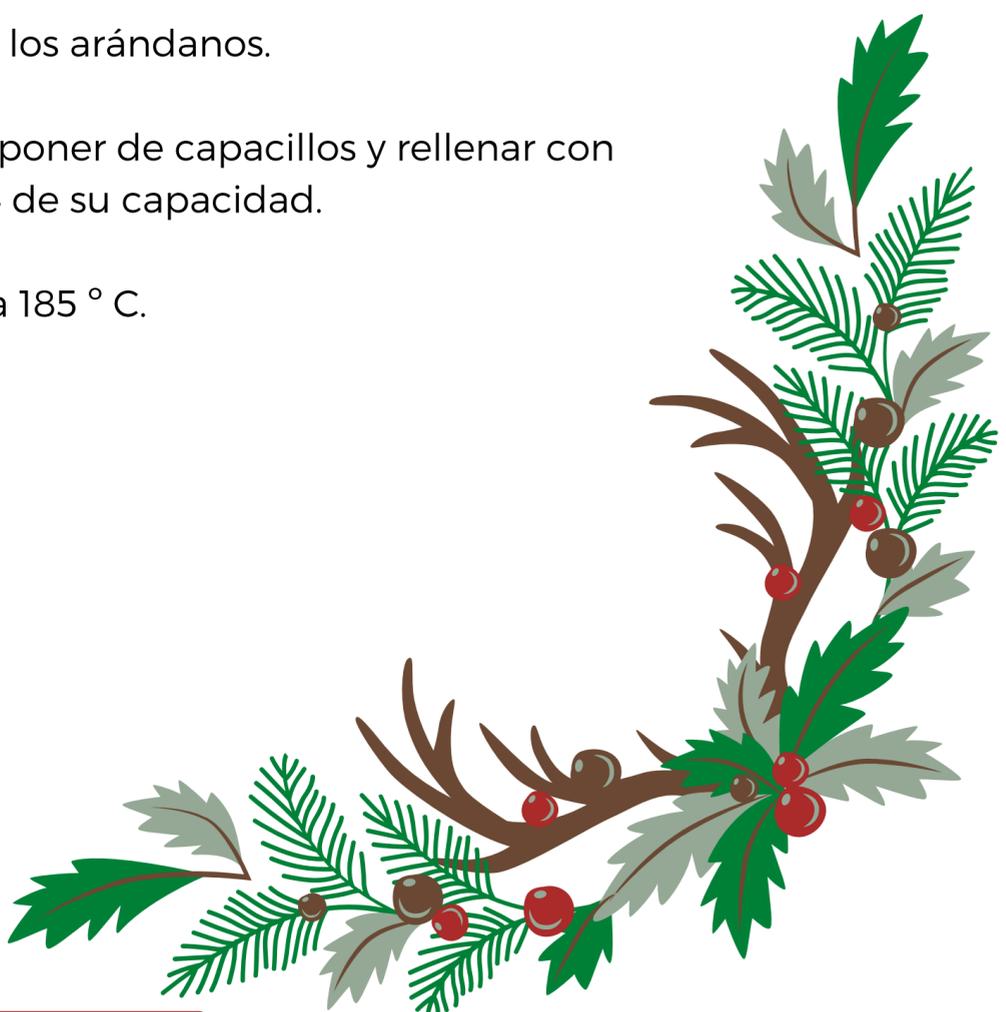
MUFFIN DE VAINILLA Y ARÁNDANOS

INGREDIENTES:

- Huevos..... 2 Unidades
- Azúcar..... 150 gramos
- Mantequilla..... 200 gramos
- Harina..... 350 gramos
- Polvo de hornear..... 6 gramos
- Arándanos..... 125 gramos
- Leche..... 200 gramos

PROCEDIMIENTO:

- 1) Con ayuda de un batidor mezclar la mantequilla con el azúcar hasta que estos estén homogéneamente incorporados.
- 2) Adicionar 1 a uno los huevos juntos con la leche y batir muy bien.
- 3) Agregar los ingredientes secos (*harina y polvo de hornear*), mezclar hasta tener un batido consistente y sin grumos.
- 4) Añadir de manera envolvente los arándanos.
- 5) En un molde para muffins disponer de capacillos y rellenar con el batido cada uno de ellos a 3/4 de su capacidad.
- 6) Hornear durante 25 minutos a 185 ° C.





PAN DE BONO

INGREDIENTES:

- Queso costeño..... 500 gramos
- Almidón de yuca..... 350 gramos
- Harina de maíz..... 50 gramos
- Mantequilla..... 125 gramos
- Azúcar..... 60 gramos
- Leche..... 150 mililitros*

PROCEDIMIENTO:

- 1) Con ayuda de un batidor triturar el queso muy bien.
- 2) Añadir los ingredientes secos (*almidón de yuca, harina de maíz y azúcar*), mezclar muy bien.
- 3) Incorporar la mantequilla a temperatura ambiente.
- 4) Agregar la leche poco a poco y batir hasta obtener una masa homogénea y consistente que no se cuartee.
- 5) Hacer bolitas de 40 gr cada una.
- 6) Hornear durante 15 minutos a 185 ° C.

**Agregar la leche de a poco ya que la humedad de la masa puede variar dependiendo de la humedad del queso.*





PAN DE YUCA

INGREDIENTES:

- Queso campesino..... 500 gramos
- Queso costeño..... 500 gramos
- Almidón de yuca..... 300 gramos
- Azúcar..... 20 gramos
- Huevos..... 3 Unidades

PROCEDIMIENTO:

- 1) Con ayuda de una batidora triturar ambos quesos hasta obtener una mezcla fina.
- 2) Añadir el almidón de yuca y el azúcar. Mezclar muy bien.
- 3) Agregar los huevos y batir hasta tener una masa consistente que no se cuartee.
- 4) Hacer herraduras de 40 gr cada una.
- 5) Hornear durante 15 minutos a 185 ° C.





PANNACOTTA DE LIMÓN

INGREDIENTES:

- Crema de leche..... 250 mililitros
- Leche condensada..... 150 mililitros
- Zumo de limón..... 5 gramos
- Miel..... 125 mililitros
- Gelatina sin sabor..... 30 gramos
- Agua..... 120 mililitros

PROCEDIMIENTO:

- 1) Mezclar la crema de leche junto con la leche y homogenizar muy bien.
- 2) Hidratar la gelatina con el agua, calentar para activarla y bajar la temperatura. Añadir a las leches.
- 3) Combinar la mezcla anterior con el zumo de limón y batir hasta obtener una consistencia homogénea.
- 4) Disponer en recipientes y llevar a refrigeración hasta que esta se solidifique.
- 5) Servir acompañada de miel.





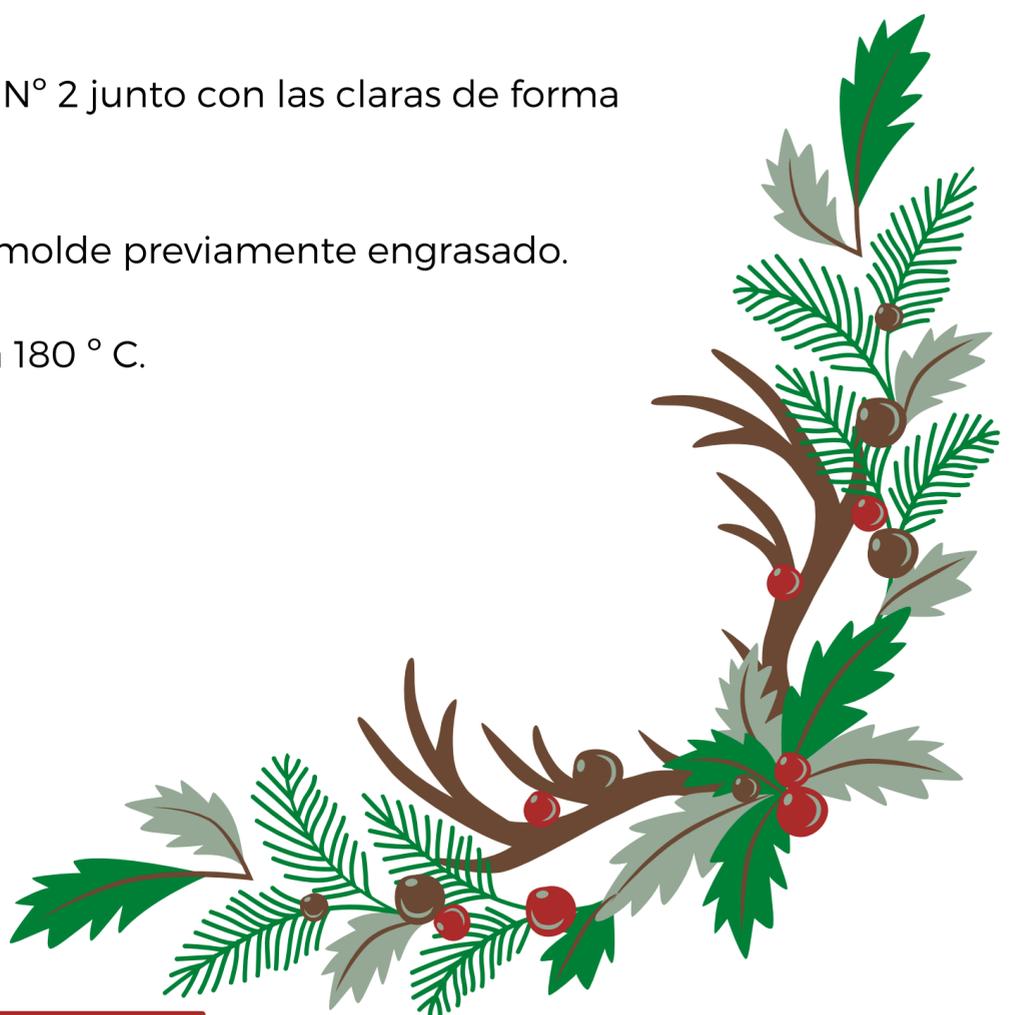
TORTA ALLE NOCCIOLE

INGREDIENTES:

- Azúcar..... 120 gramos
- Avellanas trituras..... 160 gramos
- Polvo de hornear..... 6 gramos
- Mantequilla fundida..... 50 gramos
- Claras de huevo..... 4 Unidades
- Yemas de huevo..... 2 Unidades

PROCEDIMIENTO:

- 1) Tomar las yemas de huevo junto con 60 gr de azúcar y batir hasta un punto de letra.
- 2) En un bowl incorporar las avellanas trituras, el polvo para hornear y la mantequilla fundida junto con la anterior mezcla de azúcar y yemas.
- 3) En un bowl aparte batir las claras de huevo junto con 60 gr de azúcar, llevar hasta un punto de nieve.
- 4) Combinar la mezcla del paso N° 2 junto con las claras de forma envolvente y muy suavemente.
- 5) Disponer de la mezcla en un molde previamente engrasado.
- 6) Hornear durante 12 minutos a 180 ° C.





YAMID
MUNOZ