

CASQUITOS DE GUAYABA



Ingredientes

- Guayabas (maduras estables) 250 gramos
- Azúcar 250 gramos
- Agua 2 tazas
- Limón 1 cucharada
- Sal 1 pizca
- Clavos y canela al gusto

Preparación

- Pelamos la guayabas (con pelador).
- Partimos a la mitad, sacamos la pulpa (semillas) con una cuchara con cuidado de no partirlas.
- Reservarlos en la nevera.
- En una olla agregamos la piel de la guayaba, y la mitad de la azúcar y el agua.
- Cocinamos a fuego medio por 30", retirando la espuma que se posa en la superficie.
- Colamos, llevamos de nuevo al fuego, agregamos el resto de azúcar, la sal el jugo de limón y los cascós.
- Cocinamos por 40" teniendo en cuenta que los cascós estén sumergidos todo el tiempo.
- Retiramos del fuego y dejamos reposar.
- Se lleva a la nevera y apenas estén frescos podemos servirlos solos con el almíbar, o anexar queso.

RONDÓN ISLEÑO



Ingredientes

- 1 kl Platano verde
- 1 kl Papa captar
- 350 gr Ñame
- 300 gr Batata
- 200 gr Cebolla Roja
- 1 Ajo
- 30 gr de Albahaca
- Aceite
- 500 gr de arroz
- 500 gr de aroma de trigo
- 960 gr de pescado (tilapia)
- 600 gr de limón
- Sal y pimienta
- 1lb de cerdo
- 0,5 gr de polvo de hornear

Preparación

- Lavar muy bien las verduras y pelarlas.
- Marinar el pescado con sal, pimienta y limón. Adobar el cerdo con sal y pimienta.
- Rayar el coco y colocarlo en agua caliente para sacar la leche.
- Para el dumpling se coloca la leche de coco, sal, pimienta y polvo de hornear y la harina hasta que quede la masa homogénea y se deja reposar hasta tener contextura de masa de pan.

PREPARACIÓN

- En una olla se hecha le leche de coco junto con la cebolla roja en julianas, el plátano y el ñame. Se deja hervir por 5 minutos y después de agrega la papa, la batata. Los dumping la albahaca y el cerdo. Se deja hervir por 30 minutos para que se vaya espesando.
- Se adiciona el pescado y de pueden licuar algunos de los ingredientes para darle espesor.
- Se hace el arroz con sal, pimienta y leche de coco y se deja cocinar por 30 minutos a fuego lento.