

*Smart-tek*



# Recetas

DELICIOSAS





## Merluza al limón



Medio



02:00 hs.



4 porciones

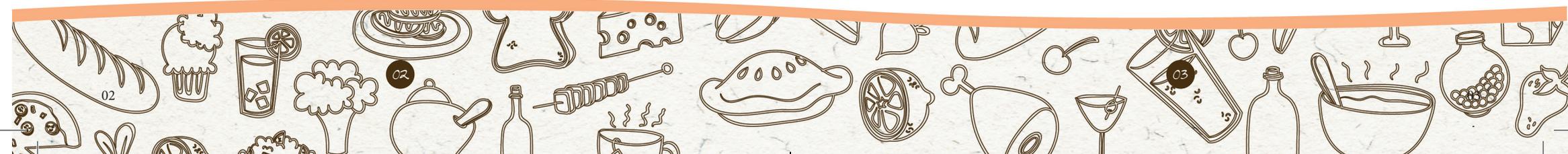


200°

1,5 kg de filets de merluza  
 2 cebollas grandes  
 2 papas medianas  
 2 batatas medianas  
 400 cc de vino blanco  
 400 cc de agua  
 Pimienta negra  
 Sal  
 1 limones  
 Aceite de oliva

Precalentar el horno a 200°C. Pelar la cebollas y cortarlas en juliana. Luego pelar las papas y batatas, cortarlas en rodajas finas y reservar.

Aceitar una placa y disponer los ingredientes anteriores de manera que cubran toda la superficie. Salpimentar a gusto y agregar aceite por encima. Colocamos los filets de merluza estirados y rociar el jugo de limon por encima. Agregamos 200 cc de vino y 200 cc de agua, llevar al horno durante 30 minutos. Retirar e incorporar el resto del agua y del vino. Volver a cocinar en el horno 30 minutos más.





## Pizza de albahaca



Fácil



01:30 hs.



4 porciones

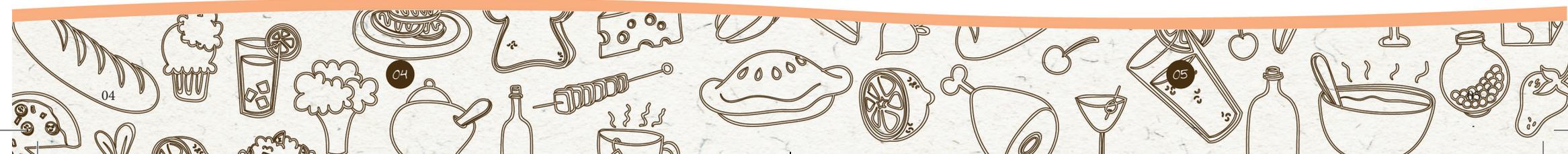


250°

1 kg de harina 0000  
 1 cdas. de sal  
 375 cc de agua tibia  
 2 cdas de aceite  
 30 gr de levadura  
 1/2 cubo de verduras  
 200 cc de salsa de tomate  
 250 g de tomates cherry  
 350 g de muzarella  
 aceitunas negras  
 albahaca  
 oregano  
 sal

Colocar la harina en forma de corona y en el centro la manteca. Espolvorear con sal. Luego, disolver la levadura en agua tibia agregar el aceite y caldito de verduras disuelto. Unir todos los ingredientes y amasar durante unos minutos. Se puede agregar más agua si es necesario. Dejar descansar 10 minutos. Estirar la masa sobre una pizzera hasta cubrir el fondo y los bordes. Pintar la superficie con salsa de tomate y cocinar 10 minutos en el horno a 250°C. Retirar, colocar la muzarella y volver a calentar unos minutos más, hasta que se funda.

Fuera del horno, agregar la albahaca, los tomates cherry, las aceitunas negras y el oregano.





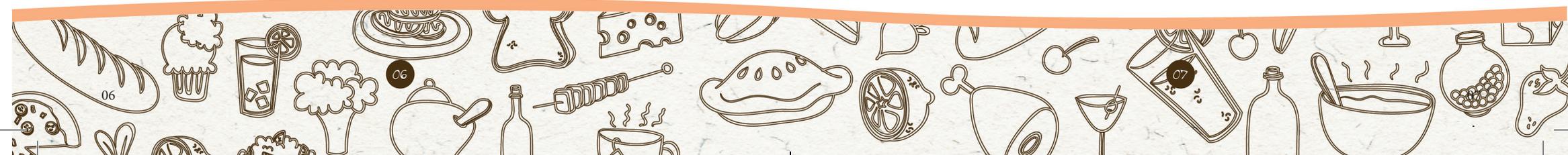
## Bifes al Horno

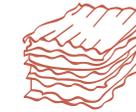
 Medio
  01:30 hs.
  4 porciones
  250°

1 colita de cuadril  
 de 1,2 kg  
 Sal y pimienta  
 25 g de manteca  
 2 cdas. de aceite de maíz  
 1 cebolla  
 2 puerros  
 250 g de champiñones  
 50 g de hongos pino  
 100 cc. de vino blanco  
 1 diente de ajo picado  
 200 cc. de crema de leche

Precalentar el horno a 250°C. Luego, enmantecar y rociar con aceite una asadera de 20 x 25 cm. Acomodar en el fondo, formando un colchón, la cebolla y los puerros. Mezclar y reservar.

Después, desgrasar la carne, salpimentar y acomodar sobre las cebollas. Cocinar en el horno 25 minutos a 250°C y luego rotar la carne. Verter los champiñones alrededor de la carne cortados en cuatro, los hongos pino picados y rociar con el vino. Cocinar 15 minutos a 250°C y verter la crema salpimentada, mezclar todo. Para finalizar, cocinar 10 minutos más a la misma temperatura. Se recomienda acompañar con verduras frescas.





## Lasagna



Medio



02:30 hs.



4 porciones

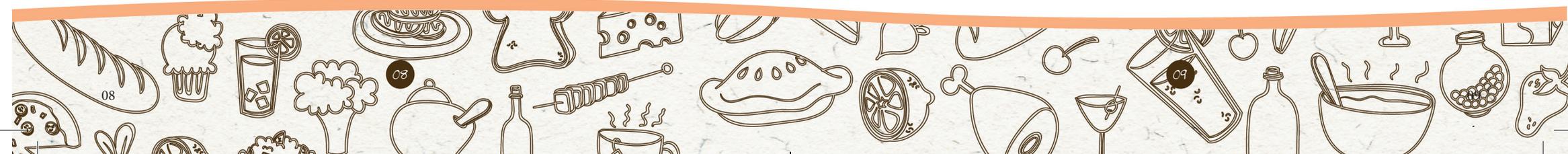


200°

750 cc. de salsa  
de tomate  
1 cebolla  
50 cc. de salsa bechamel  
750 g de carne picada  
12 láminas de lasagna  
Queso rayado c/n  
400 g de espinaca  
300 g de mozzarella

**Preparación:** picar finamente las cebollas. Hervir la espinaca 2 minutos, cortarla y rayar la mozzarella. Seguidamente, en una sartén con aceite caliente, saltear la cebolla con la carne picada durante 30 minutos y luego agregar la espinaca. Salpimentar.

**Armado:** poner una parte de la salsa de tomate en una fuente para horno y cubrir la superficie con algunas láminas de pasta. Luego, distribuir un poco de relleno y mozzarella. Colocar nuevamente por encima láminas de masa, relleno, mozzarella y salsa de tomate. Terminar con masa, salsa de tomates, salsa bechamel y queso rayado. Llevar al horno precalentado a 200°C durante 8 minutos.





## Cheese Cake



Medio



04:30 hs.



6 porciones

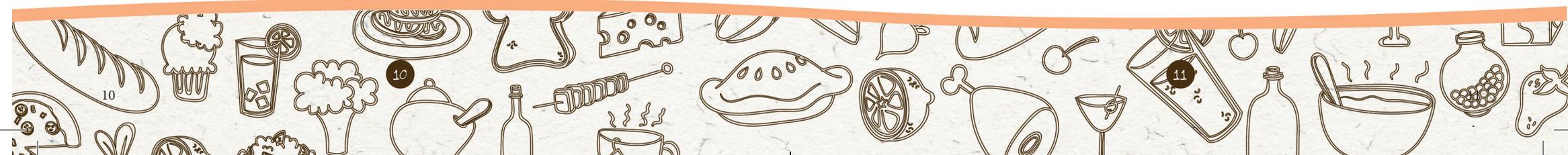


200°

200 g de galletitas de vainilla molidas  
120 g de manteca  
1 kg de queso blanco  
300 g de azúcar  
5 huevos y 2 yemas  
4 cdas. de leche  
25 g de harina 0000  
Ralladura de 1 limón y de 1 naranja  
1/2 frasco de mermelada de frutillas  
1/2 kg de frutillas fileteadas

**Base:** precalentar el horno a 200°. Mezclar las galletitas molidas con la manteca hasta que se forme una textura arenosa y húmeda. Volcar la mitad de la mezcla en un molde desmontable de 24 cm. de diámetro. Presionar con el dorso de una cuchara para compactar. Hornear durante 10 minutos y luego enfriar.

**Relleno:** batir el queso, añadir el azúcar, los huevos, la leche, la harina, las yemas y las ralladuras. Adherir el resto de las galletitas molidas en el borde del molde, siempre presionando, hasta lograr 5 cm de altura. Vertir la mezcla de queso y hornear 12 minutos a 230°. Luego, bajar la temperatura a 150° y hornear 45 minutos más. Apagar el horno y dejar la preparación adentro 30 minutos. Refrigerar 3 horas en heladera y desmoldar. Adornar la superficie con las frutas fileteadas y barnizar con la mermelada.





## Flan Casero



Fácil



01:30 hs.



6 porciones



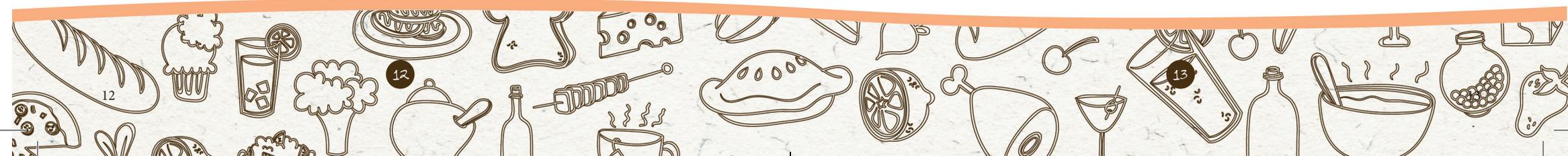
150°

1 L de leche  
200 g de azúcar  
8 huevos  
1 cdt. de esencia  
de vainilla  
Para el caramelo  
200 g de azúcar  
100 ml de agua  
hirviendo

**Caramelo:** colocar el azúcar dentro de la flanera y agregar de a poco el agua hirviendo. Poner en el fuego hasta que la mezcla tome un color ambar. Retirar y reservar.

**Preparación:** batir los huevos con el azúcar hasta obtener una textura espumosa. Agregar la leche y la esencia de vainilla. Luego, verter la mezcla en el molde acaramelado.

Colocar agua en una bandeja y en ella disponer el molde para cocinar el flan a baño María. Llevar a un horno precalentado a 150° y cocinar durante 45-50 minutos. Luego, retirar del horno y esperar a que se enfríe. Desmoldar y servir con crema chantilly o dulce de leche.





# Torta Sacher



Medio



01:30 hs.



6 personas



150°

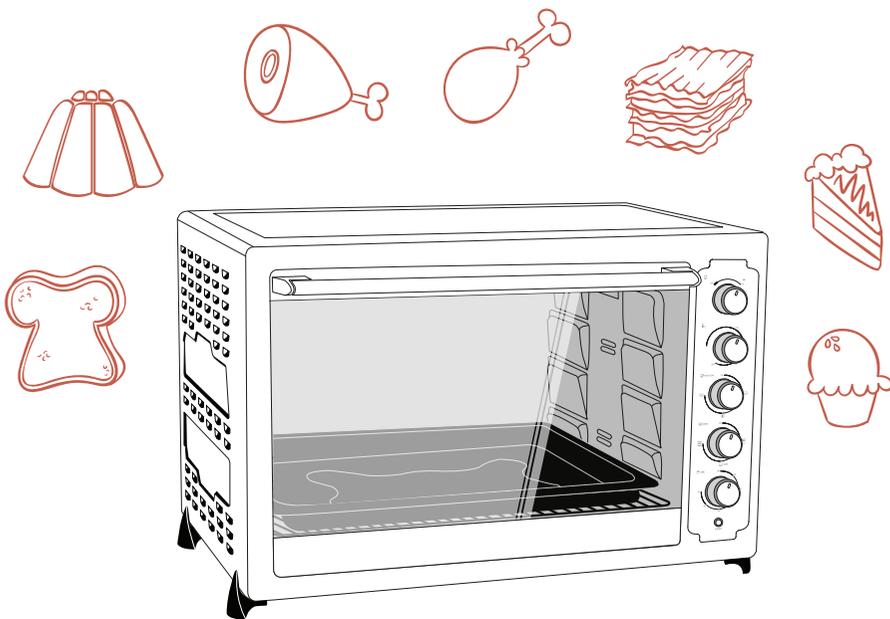
80 g manteca  
180 g chocolate cobertura  
Hojas de menta  
16 avellanas enteras  
peladas tostadas  
100 g de avellanas  
en polvo  
80 g de azucar  
100 g azucar impalpable  
150 g de clara de huevo  
2 yemas de huevo

Precalentar el horno a 150°C. Luego, derretir la manteca junto con el chocolate a baño María, sobre el anafe. Reservamos.

Seguidamente, batir las yemas con el azúcar y revolver. Agregar el chocolate fundido y parte de las avellanas en polvo y mezclar. Por otro lado, batir las claras a punto nieve con el azúcar impalpable hasta que queden bien firmes.

Agregar al bowl del chocolate, las claras a punto de nieve y mezclar con movimientos envolventes. Luego, incorporar el resto de las avellanas en polvo. Seguidamente, verter en el molde para horno y hornear durante 10 minutos a 150°C. Decorar con azúcar impalpable por encima, las avellanas enteras y una hojita de menta.





 [smart.tek.argentina](https://www.facebook.com/smart.tek.argentina)  
 [www.smart-tek.com.ar](http://www.smart-tek.com.ar)

