

10



Noviembre - Diciembre 2014



**E**n los últimos años, la industria del turismo en el mundo ha experimentado un crecimiento sin precedentes que ha dado paso a un impresionante auge de hoteles y alojamientos. La idea es disfrutar fuera de casa de comodidades y de una rica gastronomía. La importancia de una buena mesa debe garantizar el éxito de unas agradables vacaciones o de un buen viaje de negocios.

La oferta de hoteles en Bogotá ha crecido a buen ritmo y hay para todos los gustos. Si usted es amante de lo clásico, de una arquitectura colonial, el hotel The Orchids, ubicado en la zona histórica de Bogotá, brinda a sus huéspedes comodidad y una exquisita gastronomía. Allí se podrá deleitar con sencillos y elegantes platos, muchos de ellos elaborados a base de carne. Su chef, Francisco Pinzón, enseña a los lectores cómo preparar una deliciosa entrada con jamón ibérico y un plato fuerte de medallones de res.

Este plato se complementa muy bien con un pudín de chocolate o un flan de leche de Aury Postres, ambas recetas fueron compartidas por su propietaria y experta en el tema, Aura María Martínez.

Espero que estas nuevas recetas de la separata Carne & Leche sean de su completo agrado, y no olvide que son colecciónables. Guárdelas que muy pronto le estaremos enviando el folder para su archivo.

María Eugenia Rodríguez Ruiz  
Directora revista EL CEBÚ

Leche



Flan de leche



Flan de Leche



Pudín de Chocolate

## Aury Postres, pastelería con toque costeño

Con piononos, pudines, postres de tres leches, flanes, brownies, entre otros, Aura María Martínez deleita al público bogotano en su pastelería Aury Postres. (carrera 8b No. 116 – 19).



Aura María, oriunda de la costa caribe, estudió diseño de modas pero nunca lo ejerció. Su madre y su abuela se encargaron de encarrilarla, desde muy pequeña, en el bello oficio de la cocina. "Mi abuela modificó la receta del pionono y le enseñó a mi mamá a hacerlos, luego ella me enseñó a mí. Cuando crecí yo heredé ese negocio y lo he ampliado poco a poco hasta lo que es hoy en día".

Aury Postres ha construido una clientela fiel al sabor costeño de sus postres como el pionono y los diversos pudines que ofrece. También ha innovado en su menú con postres más



Aura María Martínez, propietaria

tradicionales del interior del país como el Tiramisú y los esponjados; en esta pastelería hay postres para todos los gustos.

Uno de los ingredientes principales en la pastelería es la leche, porque como Aura María misma dice: "La leche le aporta mucha suavidad, calidad y nutrientes a los postres; por esta razón, es muy importante que se utilice leche de buena calidad, pues esta va a determinar la textura del mismo".

A continuación Aura María nos presenta dos exquisitos postres a base de leche, nuestra protagonista.

## Flan de leche

(10 porciones)

### Ingredientes:

1 libra de azúcar  
12 huevos (8 yemas y 4 enteros)  
6 tazas de leche  
1 copita de jerez seco

### Preparación:

Se batén bien los huevos y se añade, poco a poco el azúcar hasta que esté bien desleída. De la misma forma, se agrega la leche con un poquito de vainilla, también se le puede mezclar una cucharada de harina para que quede duro. Luego, se vacía la mezcla en un molde con azúcar quemada (4 o 6 onzas en un pocillo de agua). Se cocina al baño María durante 1 hora y 20 minutos a una temperatura de 120 grados centígrados.

## Pudín de chocolate

(10 porciones)

### Ingredientes:

12 onzas de mantequilla  
3 tazas de harina  
2 ½ taza de azúcar  
4 huevos  
1 1/3 tazas de leche  
2 ½ cucharadita de bicarbonato  
1 ½ cucharadita de polvo de hornear  
1 ½ cucharadita de sal  
1 cucharadita de vainilla

### Preparación:

Batir la mantequilla en la batidora por 2 minutos hasta que esté cremosa. Cierra juntos los ingredientes secos. Agréguelos a la mantequilla alternándolos con la mitad de la leche y el resto de la leche con los huevos batiendo de nuevo por dos minutos más. Añada la vainilla. Se vierte en un molde engrasado y se cocina en el horno a 350 grados centígrados por 1 hora, aproximadamente. Dejar enfriar.

### Cubierta de Chocolate

Preparación: Mezcle la cocoa y la leche, añada la mantequilla y la vainilla y bata hasta que la mezcla se suavice. Agregue el azúcar gradualmente hasta que esté consistente y suave para extenderlo. Finalmente, cubra el pudín de chocolate ya reposado con la cubierta.

## TRUCOS DE COCINA



### Quesos frescos

Para conservar durante más tiempo los quesos frescos, cuando los abras, sácalos del empaque en el que vienen y guárdalos en la nevera con un papel absorbente o servilleta doblada debajo, en un recipiente plástico con tapa. Cambia el papel todos los días.

### Huevos duros

Para evitar que al hacer huevos duros, estos se rompan al hervir, colocarle una pizca de sal al agua.



### Pelar tomates

Para pelar tomates fácilmente, sumérgelos por un minuto en agua hirviendo con un pequeño corte en cruz sobre la piel.

### Ensaladas

Para evitar que las ensaladas de hojas verdes queden de color oscuro o marrón en las puntas, cortarlas con la mano ayudara a que no se oxide.

# Carne



Rulada de res



Rulada de res con jamón ibérico



Medallones de res

## Rulada de Res Hotel Boutique La Candelaria



**E**n esta ocasión les presentamos un lujoso hotel boutique en el centro histórico de Bogotá llamado The Orchids Hotel, ubicado en la carrera 5 No. 10 - 55 en una hermosa casa, considerada inmueble de conservación arquitectónica.

Esta casa, como dice el administrador del hotel William Castañeda, data de 1892, es de estilo neoclásico y se destaca por su interior restaurado y decorado con elementos de la época. Cuenta con todas las comodidades de la modernidad para ofrecer a sus huéspedes el mayor confort posible; de esta forma logra una agradable mezcla entre lo clásico y lo moderno.

The Orchids Hotel tiene espacios que invitan al descanso y a disfrutar de sus lujos, como la biblioteca Oscar Wilde, en

donde hay un amplio ventanal y una biblioteca con libros antiguos. Si usted es amante de la música podrá recrearse en el Salón Chopin, allí hallará un piano inglés que podrá usar. El hotel cuenta con el comedor Rossini, donde su chef, Francisco Pinzón, ofrece sencillos y elegantes platos en los que la carne es la base de la receta.

El chef Francisco nos revela algunos secretos para seleccionar una carne de excelente calidad: "Lo primero que se debe hacer es comprarla en un establecimiento donde se mantenga la cadena de frío, pues cuando la carne se encuentra a temperaturas mayores a los 4 grados centígrados, se entra en la zona de riesgo, e inicia el proceso de descomposición que genera un ambiente propicio para la reproducción de bacterias".

A continuación, Francisco nos presenta una entrada y un plato fuerte que podrán encontrar en la carta The Orchids Hotel.

William Castañeda,  
administradorFrancisco Pinzón,  
chef

**Entrada**

# Rulada de Res con jamón ibérico, ensalada capresse y crocante de arroz arbóreo.....

(1 Porción)

**Ingredientes:**

150 gr de lomo de res cortado fino  
40 gramos de jamón ibérico  
10 gramos de albahaca  
40 gramos de queso mozzarella  
40 gramos de tomates cherry maduros  
80 gramos de arroz arbóreo  
Sal y pimienta al gusto

**Preparación:**

Tomar el lomo fino y salpimentarlo al gusto, agregar el jamón ibérico y la mitad de las hojas de albahaca, enrollar dejando el jamón adentro; sellar en sartén y reservar. Cortar el queso y los tomates en 4, agregar aceite de oliva y sal, por ultimo, poner las hojas de albahaca restantes y reservar. Cocer el arroz arbóreo con técnica de risotto, esparcir en una lata de horno y llevar al horno a 180°C hasta que quede crocante.

Servir el plato como en la foto decorando con albahaca fresca.

**Plato Fuerte**

# Medallón de Res con pimienta rosada y reducción de vino de Oporto.....

(1 porción)

**Ingredientes:**

250 gramos de lomo de res  
50 gramos de pimienta rosada en pepa  
200 ml de vino tinto de Oporto  
Sal al gusto  
Cuerda para amarrar

**Preparación:**

Amarrar el lomo en forma de cilindro para que no pierda su forma. Triturar las pepas de pimienta con un cuchillo dejándolas un poco gruesas. Poner sal al lomo y rebosarlo en las pepas de pimienta, previamente molidas, hasta formar una capa completa en dicho lomo. Sellar en un sartén a una temperatura alta hasta que esté bien dorado por todas sus caras. Llevar al horno a 180°C durante 7 minutos para un término  $\frac{3}{4}$ . Verter el vino en el sartén de la cocción previa y dejar reducir hasta conseguir un almíbar. Servir caliente bañado en la salsa.

