

## RECETAS con FARIÑA



### >> FARIÑA

#### Ingredientes

un par de cebollas  
1 taza de fariña  
caldo de verduras

#### Preparación

Freír en aceite un par de cebollas. Cuando esté transparente agregar una taza de fariña y revolver hasta que se mezcle todo. Sin dejar que se queme se va agregando caldo frío de a poco, de acuerdo a como lo va absorbiendo. Debe quedar como un puré. Les aviso que la medida de la cantidad de caldo es a ojo, pero lleva bastante. Luego se lo deja hervir dos o tres minutos. Se agrega sal si es necesario, de acuerdo a como haya estado de salado el caldo.



### >> FARINA

2 tzs. de leche  
½ tz. de harina o la deseada  
3 cdas. de azúcar o a gusto  
¼ cda. de sal  
Mantequilla a gusto

Combina todos los ingredientes en una cacerola y colócalos a fuego alto, moviéndolos continuamente hasta que hierva. Pon luego el fuego bajo y mueve sólo lo necesario hasta que espese a gusto. Si desea le puedes volver a echar por encima un poco más de mantequilla. Si vello calentita con canela en polvo por encima.

### >> CREMA DE FARIÑA



Espolvoreamos en una taza de Leche fría 2 cucharadas de fariña, hasta lograr que quede homogéneamente mezclado y sin grumos molestos.

Lo llevo al fuego hasta que rompe el hervor

Ahí en ese momento le agrego 3 cucharadas de Azúcar y una cucharadita de Vainilla.

Se sigue cocinando solamente 2 minutos más, y está pronto.

Lo puedo servir tibio o frío con la cantidad de Canela a gusto, copos de merengue y/o crema chantilly

VARIACIONES DE MI GUSTO : AGREGO EN EL INTERIOR VAINILLA LIMÓN Coco Y CANELA

## >> RECETA DE FARIÑA

Ingredientes:

\*Harina gruesa de mandioca

\*Ajos 2 dientes

\*Cebollas 2

\*Caldo de puchero

\*Aceite

Rehogar las cebollas y los ajos picados. Reservar.

En una cacerola colocar la harina de mandioca junto con las cebollas y los ajos, agregar el caldo, revolviendo, hasta que se forme una pasta más bien dura.

Volcar sobre una sartén con aceite, formando una tortilla. Cocinar hasta que la preparación se separe de la sartén y dar vuelta para freír del otro lado, debe quedar dorada y crujiente.

