

# RECETARIO DEL PLATANO



¡EL PLATANO  
ES SENSACIONAL...!

¡MMMM!  
PUES YA VERAS  
CUANDO PRUEBES  
ESTAS RECETAS...



## Macedonia de plátanos.

**INGREDIENTES:** 4 plátanos, 1 limón, 400 grs. de fresa, 4 cuch. de azúcar, 1 vaso de vino blanco.

Pelar los plátanos, cortarlos en rodajitas y colocarlos en una copa de cristal. Lavar las fresas con vino blanco, unir las a los plátanos; espolvorear de azúcar y rociar con el zumo de limón. Mezclar bien y meter la copa en el frigorífico para que se enfríe hasta el momento de servir.



## Plátanos al limón.

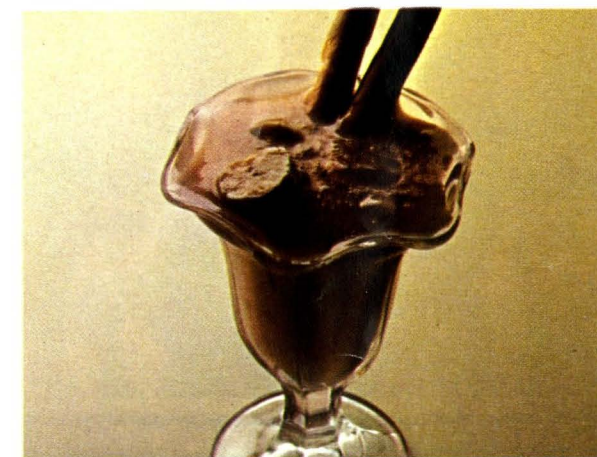
**INGREDIENTES:** 6 plátanos, 50 grs. de azúcar, 2 limones.

En primer lugar los plátanos son pelados cuidadosamente, quitándoles los hilos. Se cortan en rodajas no muy finas, que se colocan en una compotera. Se añade zumo de limón hasta que las rodajas queden cubiertas. Sobre la superficie se vierte azúcar en polvo. La compotera se coloca en el frigorífico el tiempo necesario hasta que la mezcla esté fría.

**El plátano no es solamente una fruta deliciosa y nutritiva.**

**El plátano es un ingrediente fundamental en muchos postres y platos con los que Vd. podrá sorprender a sus familiares e invitados.**

**Siga los consejos de este recetario, y descubra sus posibilidades como auténtica cocinera de postín.**



## Copa de plátanos

**INGREDIENTES:** 8 plátanos, 1 cuch. de cacao, 1 copita de ron, 4 almendrados, 2 naranjas, 2 cuch. de azúcar y 12 bizcotelas.

Pasar por el tamiz los plátanos, agregarlos al cacao azucarado y batir el puré, incorporándole los almendrados triturados y humedecidos con el ron. Llenar cuatro copas con ésta crema de plátanos, colocando en el centro de cada una unos gajos de naranja, privados de la semilla y de la película que los recubre. Rodear la crema con bizcotelas colocadas de pie, apoyadas en el fondo de las copas. Dejar las copas en el frigorífico hasta el momento de servir las a la mesa.

## Batido de plátanos

**INGREDIENTES:** 2 plátanos, 2 cuch. de mantecado, 1 cuch. de azúcar, 1 vaso de leche pasteurizada y unos trocitos de hielo.

Triturar los ingredientes en la posición número 1, conservar unos discos de plátanos para incorporar los enteros al batido y pincharlos con un palillo.



## Plátano al chantilly.

**INGREDIENTES:** 6 plátanos maduros, 200 grs. de crema de Chantilly.

Se mondan los plátanos. Se cortan en rodajas no muy finas. Se colocan éstas en una compotera. Se añade en la superficie crema de Chantilly. Se sirve.

## Plátanos al horno.

**Tiempo de cocción:** 20 minutos.

**INGREDIENTES:** 4 plátanos, mantequilla, azúcar, vainilla en polvo y agua.

Después de mondarlos y quitarles los hilos a los plátanos, se les hace un corte hondo de arriba abajo, sin partarlos del todo.

Se mezcla un trozo de mantequilla con azúcar, hasta que la pasta adquiera una densidad cremosa y uniforme.

Con ayuda de un cuchillo de punta redondeada, se introduce la crema en el interior de la hendidura practicada en los plátanos.

Se prepara la fruta en una fuente untada de mantequilla, que se espolvorea generosamente de azúcar fino antes de pasar al horno.

En el fondo de la fuente se coloca un poco de agua, teniendo en cuenta que los plátanos no sueltan jugo.

Se espolvorean con vainilla en polvo, se cubren con un papel de barba y se cuecen a fuego muy lento y moderado, dejando la puerta del horno entreabierta.



## Crema de plátanos.

**INGREDIENTES:** 3 cuch. sop. leche, 4 plátanos, 100 grs. de azúcar, 2 huevos, 50 grs. de mantequilla.

Poner todos los ingredientes en el vaso y hacer puré, con la batidora. Verter el contenido del vaso en una fuente, mezclar con las claras de huevo batida y poner a enfriar.

