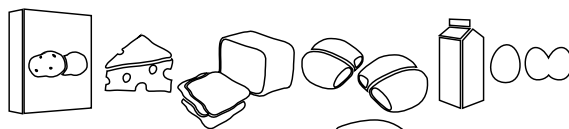


Recetas  
más ricas

POR MENOS DE  
**\$4.000**  
PARA 4 PERSONAS



# CHUPE DE PAPAS CON JAMÓN

... DURACIÓN TOTAL RECETA: 35 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Puré de papas Unimarc instantáneo, caja 125 gr.
- Sofrito Frutos del Maipo 150 gr.
- Queso rallado parmesano Colun 80 g.
- Jamón Sandwich San Jorge 250 g.
- Marraqueta granel kg 100 gr.

## Revisa si tiene en tu casa:

- 2 tazas de leche, 1 huevo.



## Preparación:

Cortar en cubitos 250 g de jamón y dorarlos en un sartén durante 5 minutos a fuego medio. Reservar 50 gr del jamón dorado para la decoración.

En una olla, añadir un poco de aceite y cocinar el sofrito durante 8 a 10 minutos a fuego medio. Una vez que esté cocinado, incorporar el jamón dorado a la olla.

Cortar la marraqueta en trozos y luego mezclarla con 1 taza de leche para hidratar. Verter el pan hidratado en la olla junto al sofrito y al jamón. Agregar 40 gr de queso rallado parmesano sobre la mezcla.

Incorporar a la olla los 250 gr de puré instantáneo y 500cc de agua tibia para que no quede espeso, dejar cocinando la mezcla entre 20 a 25 minutos.

Para preparar la dora, verter 1 taza de leche en un pocillo y agregar 1 huevo, revolver la mezcla y reservar. Emplatar incorporando el chupe en los pocillos, luego añadir 40 gr queso rallado y el jamón que habíamos reservado. Revestirlos con la dora e introducir los chupes al horno durante 10 minutos a 180°.

CONOCE MÁS RECETAS EN:  
[WWW.UNIMARC.CL](http://WWW.UNIMARC.CL)



# TIMBAL de LENTEJAS



... DURACIÓN TOTAL RECETA: 40 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Lentejas 6 mm Unimarc 1kg.
- Sofrito congelado Frutos del Maipo 150 gr.
- Mix de pimentones Frutos del Maipo 150 gr.
- Queso parmesano rallado Quillayes 40 gr.

## Revisa si tiene en tu casa:

- 3 Huevos (2 crudos y 1 duro), Sal, Aceite.



## Preparación:

Calentar aceite en un sartén, luego verter el sofrito y condimentar con sal y pimienta a gusto.

Tomar el mix de pimentones y cortarlos en cubitos.

Hervir agua en una olla. Una vez lista, incorporar las lentejas remojadas del día anterior y cocinar durante 25 a 30 minutos. Agregar sal a gusto. Cuando las lentejas estén listas, colarlas y dejarlas enfriar.

Incorporar el sofrito a las lentejas en una fuente de vidrio, mezclar, agregar sal y pimienta a gusto. Añadir dos huevos crudos a la mezcla para que cuaje y un poco de aceite y queso para que gratine.

Esparcir el queso por encima de forma pareja y luego incorporar el mix de pimentones. Llevar la fuente al horno por unos 15 a 20 minutos a 160 grados.

Tomar el huevo duro y cortarlo en 8 rodajas iguales.

Una vez cocinada la mezcla en el horno, comenzar a emplatar. Usar timbal como molde y agregar la mezcla dentro para que tome la forma. Retirar el timbal y agregar el huevo que cortamos por encima del timbal como decoración (2 rodajas por porción).

CONOCE MÁS RECETAS EN:  
[WWW.UNIMARC.CL](http://WWW.UNIMARC.CL)

# Ensalada de arroz



... DURACIÓN TOTAL RECETA: 30 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Arroz Unimarc G2 largo delgado bolsa 1 kg.
- Mix de pimentones congelados Frutos del Maipo 150 gr.
- Huevos blanco Unimarc 3 un.
- Jamón Sandwich PF granel 250 gr.
- Arvejas Unimarc 310 gr.
- 2 tomates pequeños.

## Revisa si tiene en tu casa:

- Sal, Pimienta, Aceite, 1 diente de ajo.



## Preparación:

Hervir por 10 min 4 huevos en una olla con agua. En otra olla, freír el arroz con aceite, una pizca de sal y luego añadir el agua hervida para que se cocine. Tapar y dejar cocinar entre 8 y 10 min.

Posteriormente, colar el arroz en agua fría para detener la cocción, luego mezclarlo en una budinera con el tomate y el jamón ambos picados en cuadros pequeños. Retirar el centro de los tomates previamente.

En un sartén con aceite, freír mix de pimentones con las arvejas, cocinar por unos minutos y luego agregar a la mezcla de arroz.

Para la preparación de la mayonesa, procesar un huevo crudo entero y una yema. Agregar aceite, sal, pimienta y ajo a la mezcla y batir hasta lograr una textura cremosa. Agregar mayonesa al arroz y revolver.

Finalmente montar el arroz con un molde, cortar los 4 huevos cocidos previamente y decorar. Así, ya está lista nuestra deliciosa receta para toda la familia.

CONOCE MÁS RECETAS EN:  
[WWW.UNIMARC.CL](http://WWW.UNIMARC.CL)



# Zapallo italiano relleno

... DURACIÓN TOTAL RECETA: 45 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Zapallos italianos grandes 2 un.
- Sofrito Frutos del Maipo 150 gr.
- Queso reggianito Colun Rallado 40 gr.
- Arroz Unimarc G2 largo delgado bolsa 1kg.

## Revisa si tiene en tu casa:

- Sal, Pimienta, Aceite, Curry, Orégano.



## Preparación:

Primero preparar el arroz al curry. Para eso, agregar en una olla dos tazas de arroz, un poco de aceite, curry y revolver. Luego agregar una pizca de sal, orégano y pimienta. Agregar 4 tazas de agua hervida y cocinar por unos 15 a 20 minutos con la olla tapada a fuego lento.

Cortar el zapallo italiano justo a la mitad. Con una cuchara, ir sacando toda la carne que tiene el zapallo, mientras se va raspando para darle forma. Repetir el proceso con las otras mitades. Reservar. Tomar los zapallos descaroizados y llevarlos a una olla con agua hervida. Blanquearlos durante unos 10 minutos y colar.

Sobre el fuego, dejar un sartén para que tome temperatura agregar el sofrito y la carne del zapallo italiano. Mezclar junto con un poco de orégano y sal. Cocinar de 5 a 10 minutos hasta que el zapallo saque textura. Agregar el queso rallado y mezclar.

Sobre una lata del horno, rellenar el zapallo con la mezcla. Una vez listo y con unacuchara, acomodar el zapallo para que quede uniforme. Cocinar el zapallo relleno por 10 min. en grill a 180o grados hasta que quede gratinado.

Para el montaje, colocar una mitad de zapallo italiano relleno en un plato y agregar una porción de arroz al curry. Por último, una hojita de perejil para decorar ¡ Y listo !

CONOCE MÁS RECETAS EN:  
[WWW.UNIMARC.CL](http://WWW.UNIMARC.CL)

**Recetas  
más ricas**

POR MENOS DE  
**\$4.000**  
PARA 4 PERSONAS

# ARROZ a la Argentina



... DURACIÓN TOTAL RECETA: 35 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Filetitos de pollo Super Pollo bandeja 530 gr.
- Huevo grande blanco Unimarc 3 un.
- Papa granel kg 2 un.
- Arroz Unimarc G2 largo delgado bolsa 1 kg.

## Revisa si tiene en tu casa:

- 1 cebolla.



## Preparación:

Comenzamos cortando la cebolla en cubos pequeños y la pechuga de pollo en tiras delgadas. Luego, incorporamos todo a una olla, salpimentamos y cocinamos durante 8 a 10 min a fuego medio. Reservamos la mezcla en un bowl.

Posteriormente, pelamos nuestras papas, las cortamos en cubos y las dejamos en un bowl con agua fría para que reposen. Luego, doramos levemente nuestras papas por 6-8 minutos y añadimos sal a gusto.

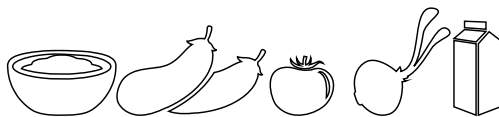
En una olla aparte, agregamos 2 tazas de arroz y doramos por 3 minutos a fuego medio. Posteriormente, añadimos 3 tazas de agua hervida y dejamos cocinar por 10 a 15 minutos. Una vez listo nuestro arroz, agregamos la mezcla de pollo y cebolla que teníamos reservada, las papas doradas y 2 huevos. Luego revolvemos suavemente toda la mezcla.

Para emplatar, servimos 4 platos de nuestro Arroz a la Argentina y lo decoramos con algo verde que puede ser perejil u otro.

**CONOCE MÁS RECETAS EN:  
WWW.UNIMARC.CL**

Recetas  
más ricas

POR MENOS DE  
**\$4.000**  
PARA 4 PERSONAS



# ESTOFADO de BERENJENA con Polenta Cremosa

... DURACIÓN TOTAL RECETA: 40 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Polenta La Fuente Natural sin gluten 500 g.
- Berenjena 2 un.
- Tomate primera granel 1 un.
- Cebolla granel 1 un.
- Leche Natural Colun 200 ml.

## Revisa si tiene en tu casa:

- Tomillo.



## Preparación:

Comenzamos cortando las berenjenas en cubos. Una vez los cubos listos los ponemos en un bowl con agua y sal para que no se oxiden.

En una olla a fuego medio ponemos un poco de aceite. Tomamos una cebolla, la cortamos en cubos y la ponemos a dorar en la olla. Tomamos un tomate, lo cortamos en cubos y lo agregamos a la preparación. Añadimos sal, pimienta, tomillo y revolvemos.

Colamos las berenjenas y las incorporamos a la olla, seguimos revolviendo y dejamos cocinar por unos 25 minutos aproximadamente a fuego bajo con la olla tapada.

En otra olla incorporamos una taza de leche, una taza de agua tibia, tres ramitas de tomillo, sal y pimienta. Una vez tome temperatura retiramos el tomillo y comenzamos a agregar la polenta paulatinamente mientras revolvemos para que no se hagan grumos. Dejamos cocinar por unos 8 a 10 minutos a fuego medio hasta que esté listo.

Para emplatar, tomamos 4 platos y con un cucharón ponemos una porción de polenta en el centro de cada plato. A continuación, en cada uno de los platos añadimos el estofado de berenjena sobre la polenta, y finalmente decoramos con un poco de perejil para resaltar los colores de nuestro plato.

CONOCE MÁS RECETAS EN:  
[WWW.UNIMARC.CL](http://WWW.UNIMARC.CL)

Recetas  
más ricas

POR MENOS DE  
**\$4.000**  
PARA 4 PERSONAS



# PASTEL *de* COLIFLOR y Champiñón

... DURACIÓN TOTAL RECETA: 30 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Coliflor envasada 1 un.
- Leche Natural Colun 200 ml.
- Huevos grandes blanco Unimarc 2 un.
- Queso rallado Reggianito Colun 40 gr.
- Champiñón Shiitake bandeja 200 gr.
- Cebolla granel 1 un.

## Revisa si tiene en tu casa:

- Pimienta, Sal.



## Preparación:

Comenzamos cortando la coliflor en trozos muy pequeños y la agregamos a una olla con aceite, añadimos leche, sal, pimienta y revolvemos. Dejamos cocinar por 20 a 25 minutos.

Luego cortamos la cebolla en brunoise y la ponemos en un sartén con un poco de aceite, sal y pimienta. Cortamos los champiñones y los incorporamos junto a la cebolla para formar el sofrito. Revolvemos y dejamos cocinar por 5 minutos.


Una vez lista la coliflor con la leche, la procesamos para formar una especie de puré y dejamos enfriar en un bowl. Cuando se enfrió agregamos el queso parmesano dejando reservado un poco para luego cubrir el pastel. Agregamos dos huevos a la mezcla y revolvemos.

En pocillos de greda agregamos nuestro sofrito de champiñón, añadimos nuestra mezcla de coliflor y finalmente el queso parmesano restante. Llevamos al horno por unos 10 minutos para que dore.

Para emplatar, una vez pasado el tiempo retiramos los pasteles del horno y montamos cada pocillo de greda sobre un plato.

CONOCE MÁS RECETAS EN:  
[WWW.UNIMARC.CL](http://WWW.UNIMARC.CL)

# Leche asada



... DURACIÓN TOTAL RECETA: 60 MINUTOS ...

## Ingredientes:

- Azúcar granulada Iansa 1,5 kg
- Leche semidescremada Unimarc tetra 1lt.
- Huevo grande blanco Unimarc 6 un.
- Naranja 2 un.
- Canela molida Gourmet sobre 15 gr.

## Revisa si tiene en tu casa:



## Preparación:

Calentar 500 cc de leche y una taza de azúcar en una olla a fuego bajo, revolver hasta que los cristales de azúcar se hayan diluido. En una fuente aparte, agregar 500 cc de leche, 6 huevos y batimos por 15 minutos.

En una sartén, verter 1 taza de azúcar y ½ taza de agua, revolver suavemente hasta obtener el caramelo.

En la olla que estábamos cocinando la leche y el azúcar, agregar la mezcla de leche y huevos batidos e incorporar canela en polvo y cáscaras de naranja para darle más sabor. Revolver por 20 minutos.

En una fuente de vidrio incorporar el caramelo y extender. Sobre éste vertemos la mezcla de leche con huevos batidos de la olla con un colador y luego llevamos al horno por 45 minutos a 180°.

Una vez lista la leche asada, retiramos del horno con cuidado para cortar en trozos cuadrados y emplatamos decorando con rodajas de naranja.

CONOCE MÁS RECETAS EN:  
[WWW.UNIMARC.CL](http://WWW.UNIMARC.CL)