



Recetario

11 exquisitas y exclusivas recetas
para disfrutar el **Disco Wok Ormay**

ORMAY

...para toda la vida!

Indice

Entradas

<i>Huevos a la Paisana</i>	3
<i>Tacos con mix de vegetales</i>	4
<i>Mejillones a la Provenzal</i>	5
<i>Croquetas de ave</i>	5

Platos principales

<i>Cerdo con manzana al Calvados</i>	6
<i>Conejo al disco</i>	7
<i>Escalopes Primavera</i>	8
<i>Paella a la Española</i>	9
<i>Presitas Orientales</i>	10

Postres

<i>Tortas fritas</i>	11
<i>Churros</i>	11

*Variedad de recetas
para todos los gustos*

Recetas exclusivas
María Cecilia González
Cocinera Profesional

Huevos a la Paisana

para 4 comensales



Ingredientes

Huevos	4
Pimiento rojo	1
Zucchini	1
Cebolla	1
Tomates cherry	200 gr.
Ajo	1 diente
Perejil picado	1 cucharada
Aceite	4 cucharadas
Sal	a gusto
Pimienta negra	a gusto



Preparación

Lavar el pimiento rojo y cortarlo por la mitad, a lo largo; sacarle el cabito y las semillas. Cortar en tiras sin quitarle la piel. Pelar y picar la cebolla y el diente de ajo.

Calentar el aceite en el **Disco Wok Ormay** y rehogar la cebolla y el ajo. Luego, incorporar las tiras de pimiento, el zucchini cortado en juliana y los tomates cherry enteros.

Cascar los huevos, con cuidado, sobre las verduras y cocinarlos hasta que cuajen. Sazonar con sal y pimienta negra recién molida. En el momento de servir, espolvorear con perejil picado.

Huevos y mix de vegetales,
hierbas y condimentos



Tacos

con mix de vegetales

para 2 comensales



Ingredientes

Tacos	1 pack de 12
Mix de vegetales	1 bandeja con brotes de soja, repollo, zanahoria, rúcula o espinaca
Pimiento rojo	1
Aceite	3 cucharadas
Sal y pimienta	a gusto
Salsa de soja	a gusto
Palta (opcional)	1
Mayonesa	1 cucharada

Preparación

Saltear el mix de vegetales junto con el pimiento rojo cortado en juliana, en el aceite calentado en el **Disco Wok Ormay**.

Cocinar solamente durante unos minutos para que los vegetales queden crocantes. Condimentar con sal, pimienta y salsa de soja a gusto. Retirar del fuego y dejar entibiar.

Rellenar cada taco con una porción de vegetales salteados. Si se desea, salsear algunos de ellos con la palta pisada y una cucharada de mayonesa.

Servir en fuente sobre un colchón de hojas de lechuga.

Deleite mexicano

Tortillas, vegetales y salsas

Croquetas de ave

4 porciones aprox.

Ingredientes

<i>Carne de ave cocida</i>	300 gr.
<i>Fiambre ahumado</i>	cantidad a gusto
<i>Cebolla</i>	una mitad
<i>Pan tipo viena</i>	150 gr.
<i>Huevos</i>	2
<i>Sal y pimienta</i>	cantidad necesaria

Preparación

Picar la cebolla finamente y mezclar con la carne de ave y el fiambre ahumado.

Agregar el pan, humedecido con leche, y unir bien todos los ingredientes. Tomar porciones de esta mezcla y formar las croquetas.

Freírlas en el **Disco Wok Ormay** en aceite bien caliente.

Servir acompañadas con ensaladas frescas.

Mejillones a la Provenzal

4 porciones aprox.

Ingredientes

<i>Mejillones</i>	2 kg.
<i>Ajo</i>	4 dientes
<i>Aceite de oliva</i>	3 cucharadas
<i>Vino blanco</i>	500 cc.
<i>Caldo de pescado</i>	500 cc.
<i>Perejil picado</i>	1 ramita

Preparación

Lavar muy bien las valvas de los mejillones, raspar y retirar con un cuchillo las impurezas que puedan tener.

Calentar el aceite en el **Disco Wok Ormay** y dorar el ajo picado. Colocar los mejillones y cocinar hasta que se abran las valvas. Agregar el caldo de pescado y perfumar con el vino blanco. Dejar sobre el fuego unos minutos más y, luego, añadir el perejil picado.

Servir caliente y salsear con el fondo de cocción.

Delicias de Sabores

Carré de cerdo

con manzanas al Calvados

para 4 comensales

Ingredientes

<i>Carré de cerdo</i>	1
<i>Manzanas verdes</i>	2
<i>Crema de leche</i>	6 cucharadas
<i>Calvados</i>	300 mm.
<i>Manteca</i>	2 cucharadas
<i>Sal y pimienta</i>	cantidad necesaria



Preparación

Cortar las manzanas en gajos (una con cáscara y la otra pelada) y dorarlas en el **Disco Wok Ormay** con la manteca. Retirar del fuego y reservar.

Desgrasar el carré, cortarlo en medallones gruesos y salpimentar a gusto. Dorarlos en la misma manteca que las manzanas, sin lavar el disco, para sellarlos de ambos lados y los costados.

Añadir las manzanas sin cáscara y el Calvados (puede sustituirse por vino blanco seco). Cocinar a fuego suave hasta lograr el punto de cocción de la carne (de 15 a 18 minutos aproximadamente). Agregar la crema de leche y continuar la cocción durante dos minutos más.

Servir los medallones de cerdo con la salsa y decorar con los gajos de la manzana con cáscara.

*Cerdo y manzanas
Sabores agrodulces*

Conejo al disco

para 3 comensales



Ingredientes

Conejo	uno cada tres personas
Tomates	2
Cebollas	2
Pimiento rojo	1
Aceite	cantidad necesaria
Vino blanco	cantidad necesaria
Sal y pimienta	a gusto

Preparación

Trozar el conejo, salarlo y saltearlo en el **Disco Wok Ormay** hasta que esté bien dorado.

Picar los tomates, las cebollas y el pimiento rojo; incorporarlos con el conejo salteado y agregar el vino blanco.

Cocinar durante 45 minutos aproximadamente, hasta que todo esté bien cocido y cuidando que el vino no se consuma del todo.

Retirar del fuego y condimentar con especias a gusto.

Sugerencia: acompañar con papas hervidas.

Carne de exquisito sabor
Tomates, cebollas y pimiento

Escalopes

Primavera

para 6 comensales

Ingredientes

Bola de lomo	1 kg.
Sal y pimienta	a gusto
Harina	230 gr.
Huevos	6
Queso rallado	100 gr.
Ajo	2 dientes
Hierbas frescas	a gusto
Aceite	cantidad necesaria

Para la ensalada

Repollo morado	a gusto
Repollo blanco	a gusto

Para el aderezo

Vinagre de manzana	2 cucharadas
Sal fina	a gusto
Aceite de oliva	3 cucharadas
Mostaza	1 cucharada

Preparación

Desgrasar completamente la carne, previamente cortada en bifes. Salpimentar y pasar cada bife por harina. Reservar.

Colocar en un bol los huevos, el queso rallado, el ajo y las hierbas picadas. Salpimentar y batir ligeramente. Luego, pasar la carne enharinada por esta preparación. Verter abundante aceite en el **Disco Wok Ormay**, calentarla y freir los escalopes. Retirar, escurrir sobre papel de cocina absorbente y servirlos acompañados con rodajas de limón.

Cortar las dos clases de repollo, blanco y morado, en fina juliana y disponerlas en una ensaladera. Mezclar el vinagre con la sal y agregar el aceite de oliva y la mostaza. Aderezar la ensalada.



Paella a la Española

10 porciones

Ingredientes

<i>Pollo trozado</i>	1
<i>Calamares</i>	1,5 kg.
<i>Pechito de cerdo</i>	700 gr.
<i>Mejillones, vieiras, camarones, berberechos, langostinos, almejas peladas</i>	500 gr.
<i>Tomates perita</i>	2 latas
<i>Arroz</i>	1 kg.
<i>Caldo de gallina</i>	1 litro
<i>Aceite de oliva</i>	cantidad necesaria
<i>Morrones rojos</i>	2
<i>Dientes de ajo</i>	3
<i>Cabeza de ajo</i>	una, picada
<i>Azafrán</i>	5 cápsulas
<i>Ají picante</i>	a gusto
<i>Sal y pimienta</i>	cantidad necesaria

*Arroz, mariscos
y Tradición*



Preparación

Cubrir el fondo del **Disco Wok Ormay** con aceite de oliva y rehogar 3 dientes de ajo enteros. Freír las presas de pollo y el pechito de cerdo, previamente trozado. Salpimentar. Cortar los calamares en trozos y agregarlos a la cocción. Salar y añadir el ají picante.

Cocinar unos momentos , agregar los morrones picados y la cabeza de ajo picada. Colocar los tomates peritas sin el jugo y picados. Incorporar los mejillones, berberechos y almejas. Reservar los mariscos que tienen valvas. Cubrir toda la preparación con el caldo de gallina. En un poco de caldo disolver el azafrán y agregarlo.

Cuando la preparación hierva, agregar el arroz en forma pareja. Cocinar a fuego vivo los primeros 10 minutos y, luego, 8 minutos a fuego lento. Mientras se cocina, agregar las arvejas, los mariscos con valvas, los langostinos sin pelar y los morrones cortados en tiras. Retirar del fuego y dejar asentar unos minutos antes de servir.

Patas de pollo Orientales

4 porciones

Ingredientes

Patas de pollo	8
Aceite	3 cucharadas
Salsa de soja	1 taza
Ciboulette picada	2 cucharadas
Ralladura de limón	1 limón
Jengibre rallado	a gusto
Sal y pimienta	cantidad necesaria

Para acompañar

Cebollas medianas	3
Peras	3
Tomates perita	3
Ciboulette picada	3 cucharadas
Aceite de oliva	4 cucharadas
Sal y pimienta	cantidad necesaria

Patas de pollo guarnición y vegetales



Preparación

Elegir patas de pollo grandes y quitarles la piel. Cortar con un cuchillo bien afilado el nudillo de la articulación de la pata, empujar la carne hacia abajo, dejando el hueso limpio y la pata con forma redondeada.

Colocar en el **Disco Wok Ormay** el aceite, dejar que tome temperatura y colocar las patitas, sella la carne por todos lados. Añadir el jengibre en cantidad a gusto y la ralladura de limón.

Incorporar la salsa de soja y cocinar a fuego lento, dándolas vuelta de vez en cuando. Dejar cocinar unos 10 minutos y agregar ciboulette picada. Cocinar durante 5 minutos más y retirar.

Guarnición

Pelar las cebollas, sumergirlas en agua hirviendo y cocinar durante 10 minutos. Retirarlas y cortarlas por la mitad. Colocarlas en una fuente de horno y reservar. Cortar los tomates peritas por la mitad y agregarlos a la fuente con las cebollas.

Retirar el centro de las peras, sin pelarlas, y cortarlas en cuartos, a lo largo.

Agregar a la fuente. Salpimentar y espolvorear con ciboulette picada. Rociar con aceite de oliva y llevar al horno durante 10 minutos aproximadamente.

Tortitas Fritas

30 aproximadamente

Ingredientes

<i>Harina</i>	400 gr.
<i>Polvo de hornear</i>	1 cucharada
<i>Huevos</i>	1
<i>Agua</i>	cantidad necesaria
<i>Sal fina</i>	1 cucharadita
<i>Grasa vacuna</i>	1 cucharada
<i>Margarina</i>	2 cucharadas
<i>Azúcar</i>	3 cucharadas

Preparación

Mezcle la harina con el polvo de hornear. Agregue el huevo, el agua, la sal, la grasa, la margarina y el azúcar. Forme la masa sobándola muy bien, estírela hasta lograr un espesor de 1/2 cm., úntela con grasa o margarina fundidas, espolvoréela con harina y dóblela por la mitad. Estíte la masa hasta que quede de unos 3 a 4 mm. de espesor y corte las tortas con un cortapastas. Luego, pinche el centro de las tortitas con un tenedor.

Fríalas en el **Disco Wok Ormay** en abundante grasa o aceite caliente. Escúrralas sobre papel de cocina absorbente y espolvoréelas con azúcar.

Churros

24 aproximadamente

Ingredientes

<i>Harina</i>	2 tazas
<i>Agua hirviendo</i>	1 taza
<i>Sal fina</i>	1/2 cucharadita
<i>Aceite</i>	cantidad necesaria



Preparación

Mezcle las dos tazas de harina con la sal. Agregue la taza de agua hirviendo y báyela con energía. Coloque la preparación en la churrera y forme los churros.

Cocínelos en el **Disco Wok Ormay** en abundante aceite caliente, escúrralos sobre papel absorbente y luego páselos por azúcar molida.

Sugerencia

para facilitar la tarea, se aconseja realizar la mezcla con una batidora eléctrica, utilizando el gancho mezclador, ya que así resulta una masa bastante compacta.



...para toda la vida!

SORIANO HNOS. S.A.
Córdoba - Argentina

Visítenos en nuestra página: www.ormay.com.ar