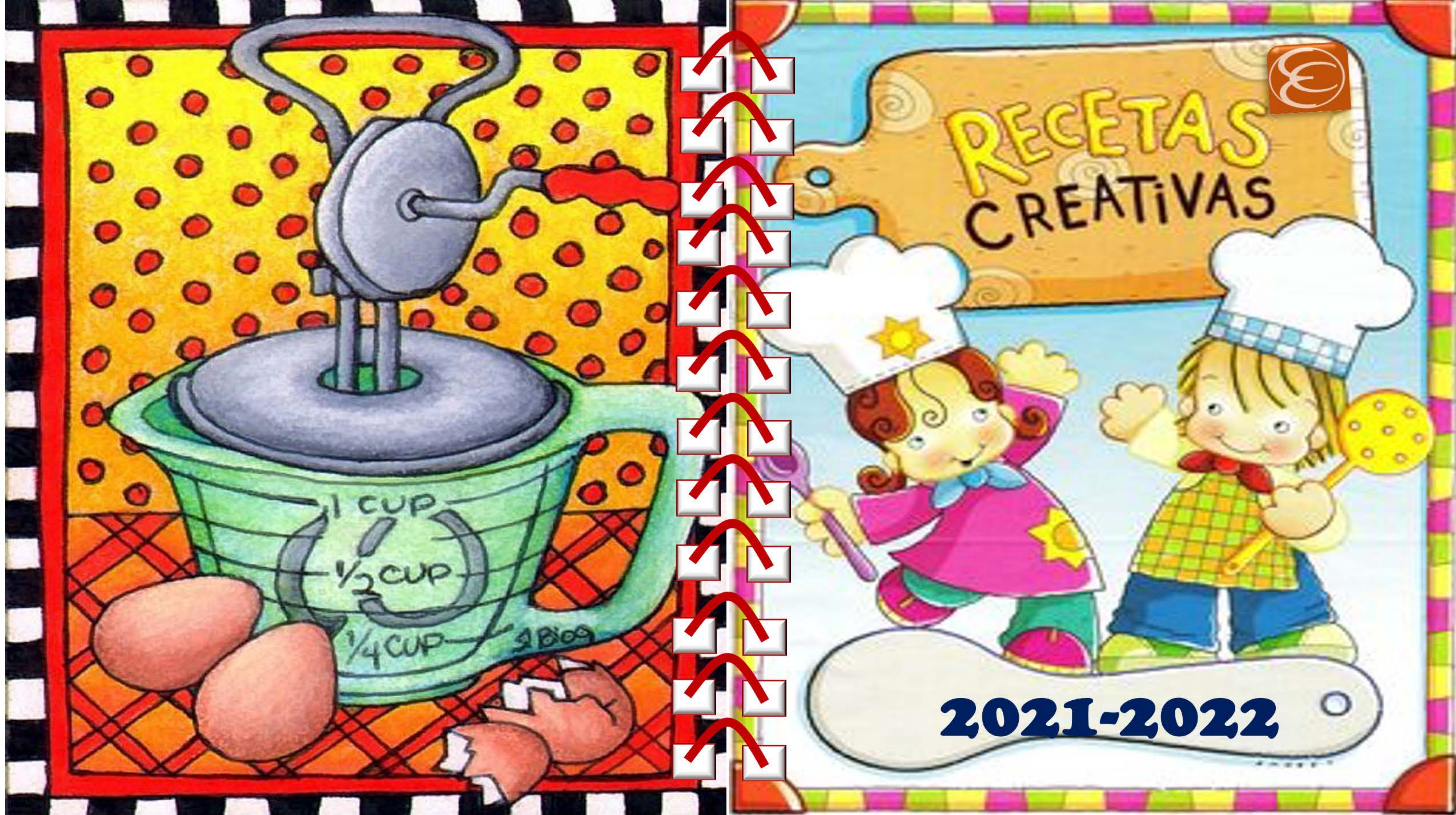




2021-2022



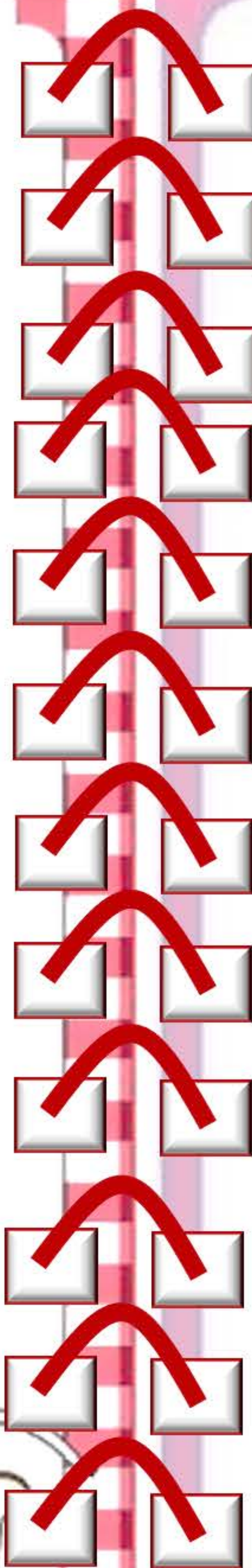
Caritas de Hotcakes

Utensilios

- Plato extendido
- Cubierto
- Palita para untar
- Tabla para picar

Ingredientes:

- ✓ 2 Hotcakes
- ✓ 1 Plátano
- ✓ 5 Fresas
- ✓ 5 Uvas
- ✓ Nutella
- ✓ Cajeta



Preparación





Tostadas de ensalada

Utensilios

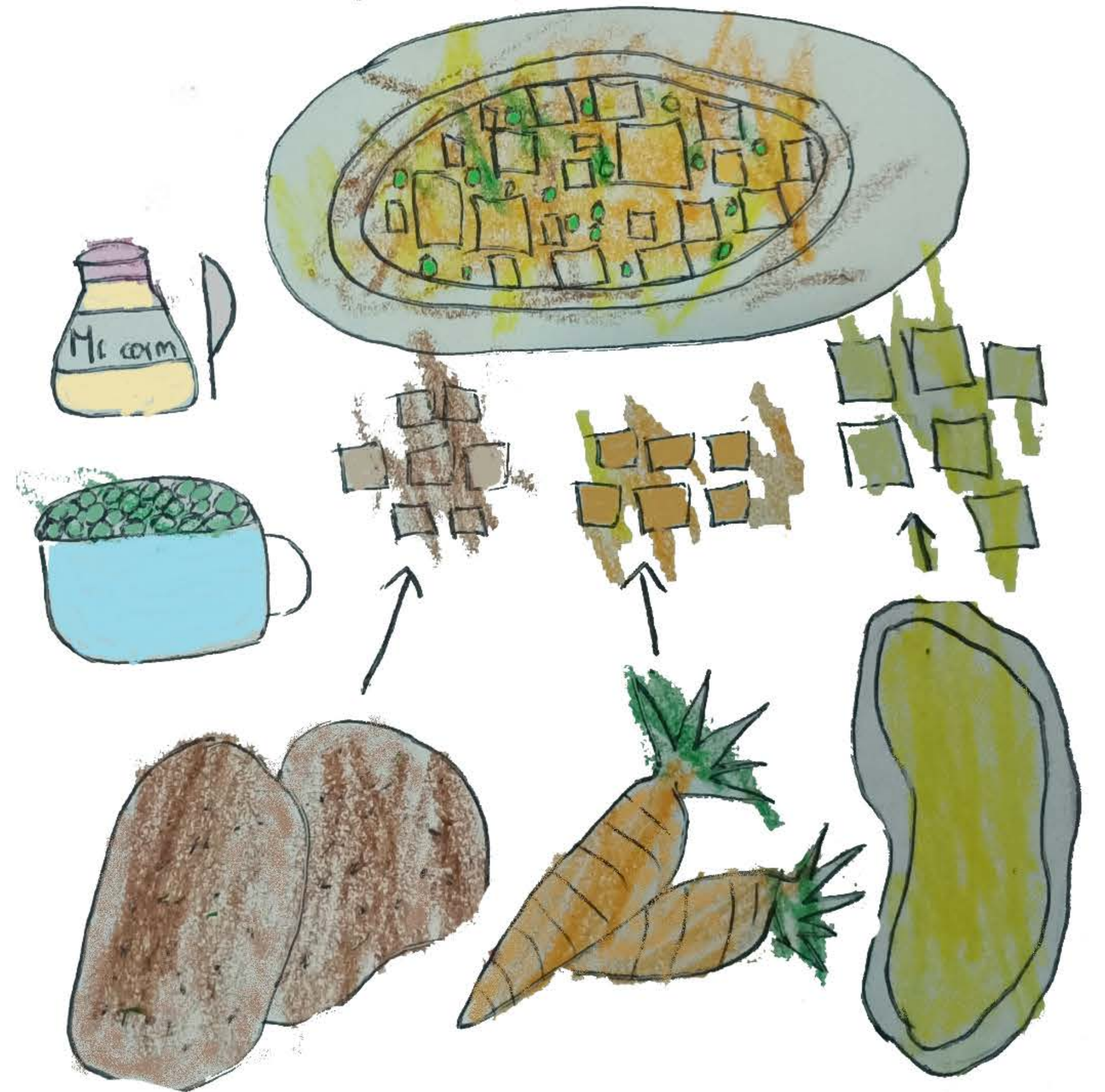
- *Plato extendido
- *Cuchara
- *Bowl para mezclar
- *Cubierto
- *Tabla para picar

Ingredientes:

- ❖ Tostadas
- ❖ 2 papas cocidas
- ❖ 2 zanahorias cocidas
- ❖ Pechuga cocida
- ❖ $\frac{1}{2}$ taza de chicharos. cocidos
- ❖ Mayonesa
- ❖ Crema
- ❖ Sal c



Preparación





Sándwich

Utensilios

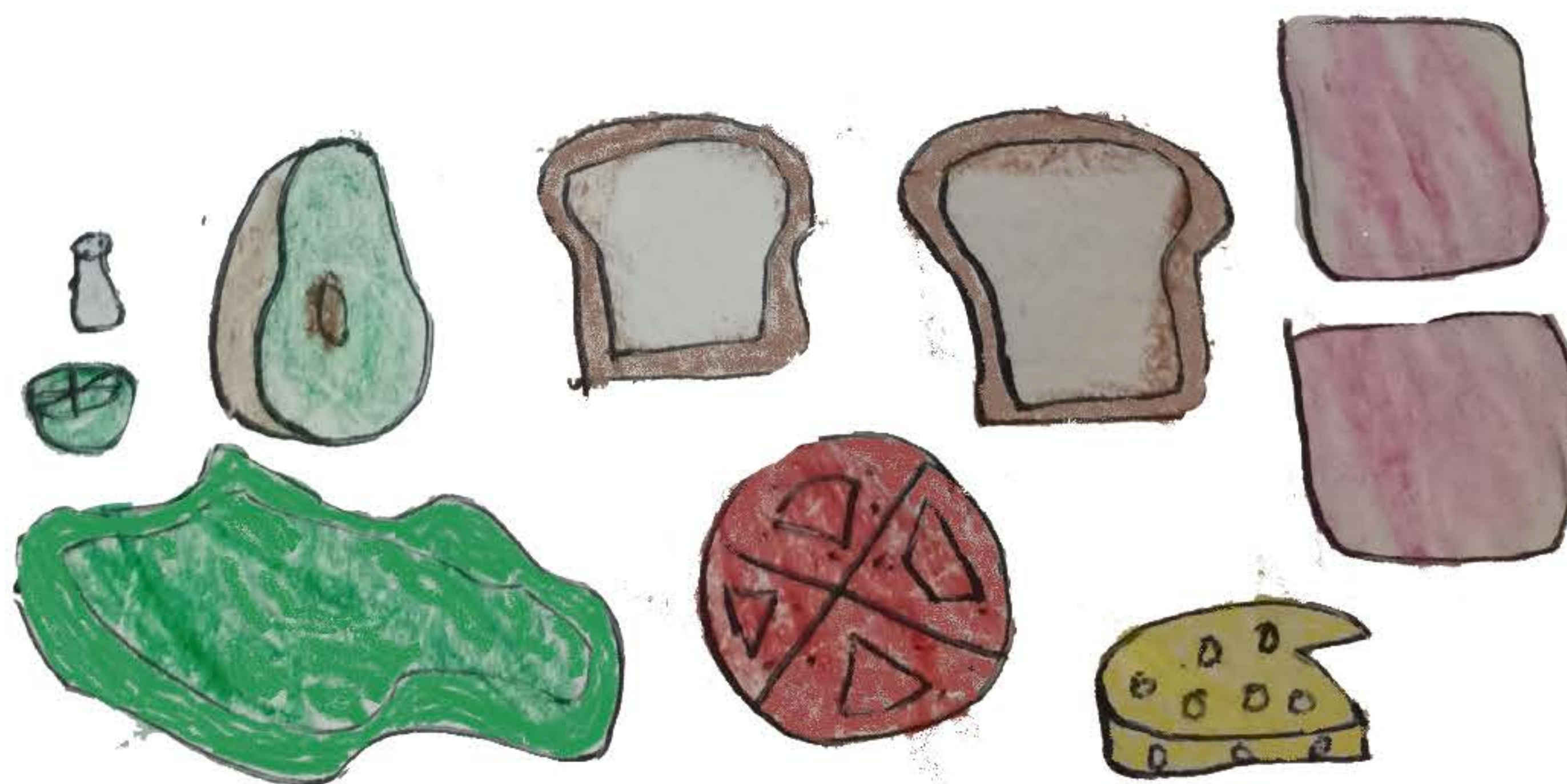
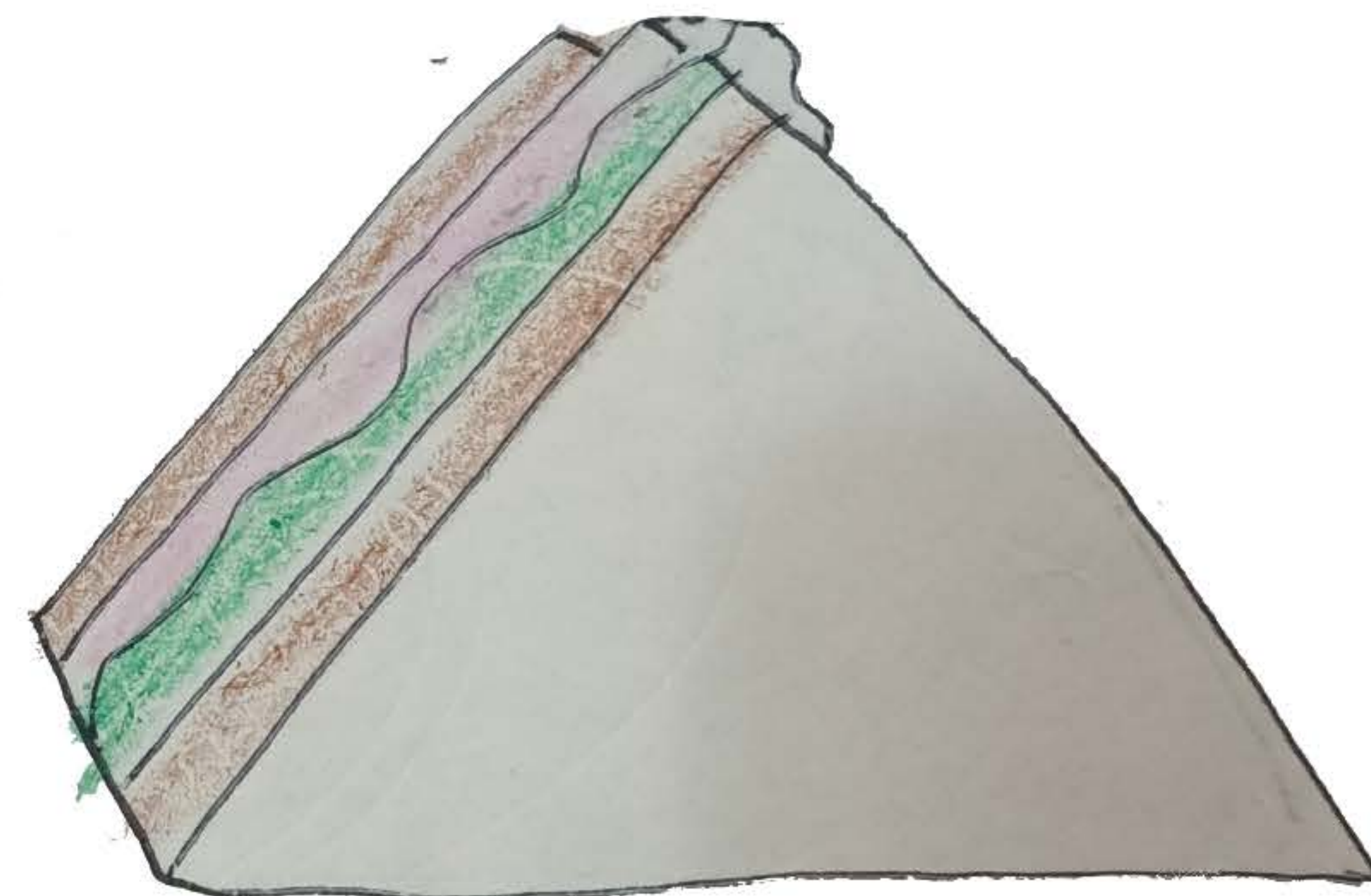
- *Plato extendido
- *Cubierto
- *Palita para untar
- *Tabla para picar

Ingredientes:

- 2 Rebanadas de pan de caja
- 4 Rebanadas de jamón
- 4 Rebanadas de queso panela
- Jitomate 1 pza.
- Aguacate 1 pza.
- Lechuga 2 hojas
- Limón 1 pza.
- Sal c/n



Preparación





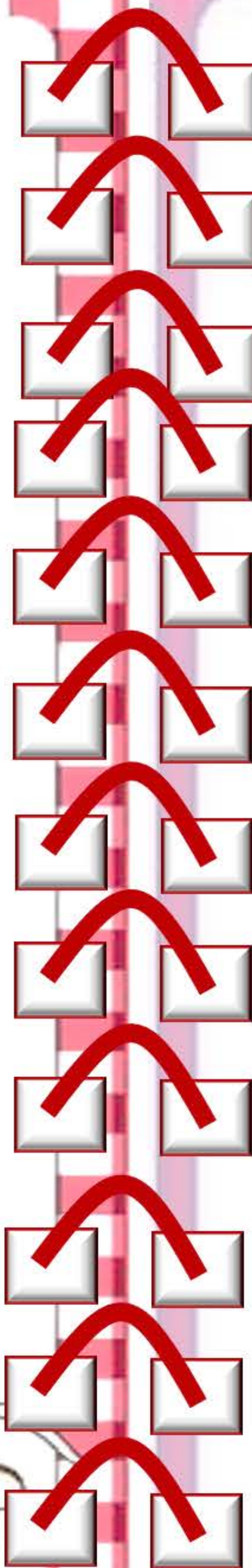
Sopa fría de coditos

Utensilios

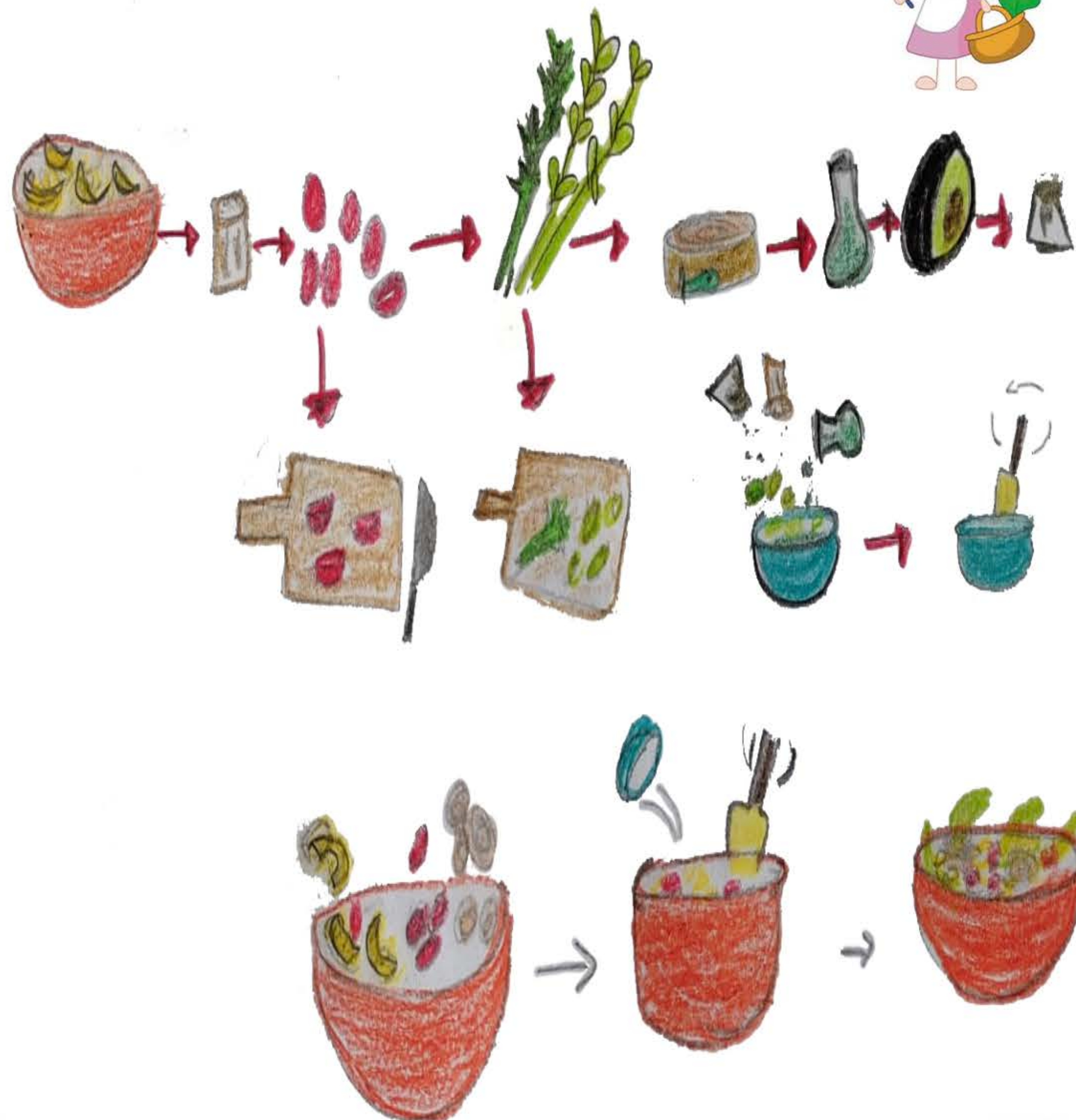
- Tazón o bowl
- Tabla para picar
- Cubierto
- Palita de madera

Ingredientes:

- ✓ 2Tzas. de sopa cocida de codito
- ✓ 5 Tomates cherry
- ✓ 1 Ramita de apio
- ✓ 3 Ramitas de albahaca
- ✓ 1 Lata de atún
- ✓ 1 Aguacate
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Sal
- ✓ Pimienta



Preparación





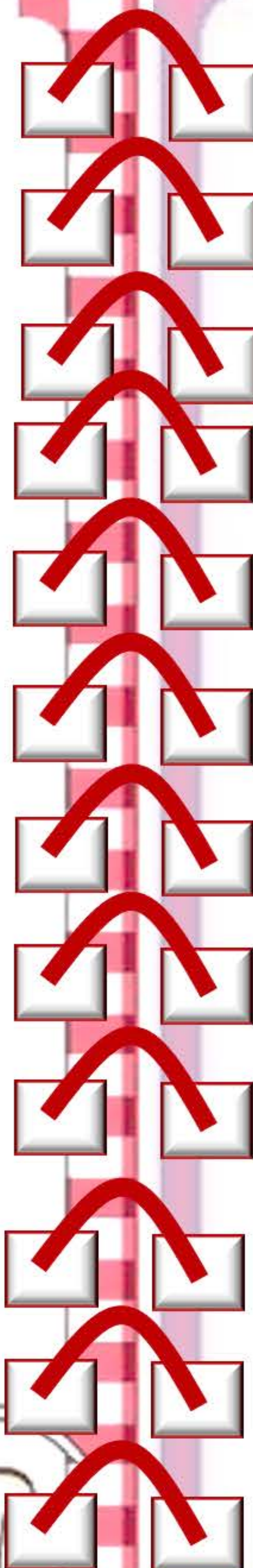
Brochetas de fruta

Utensilios

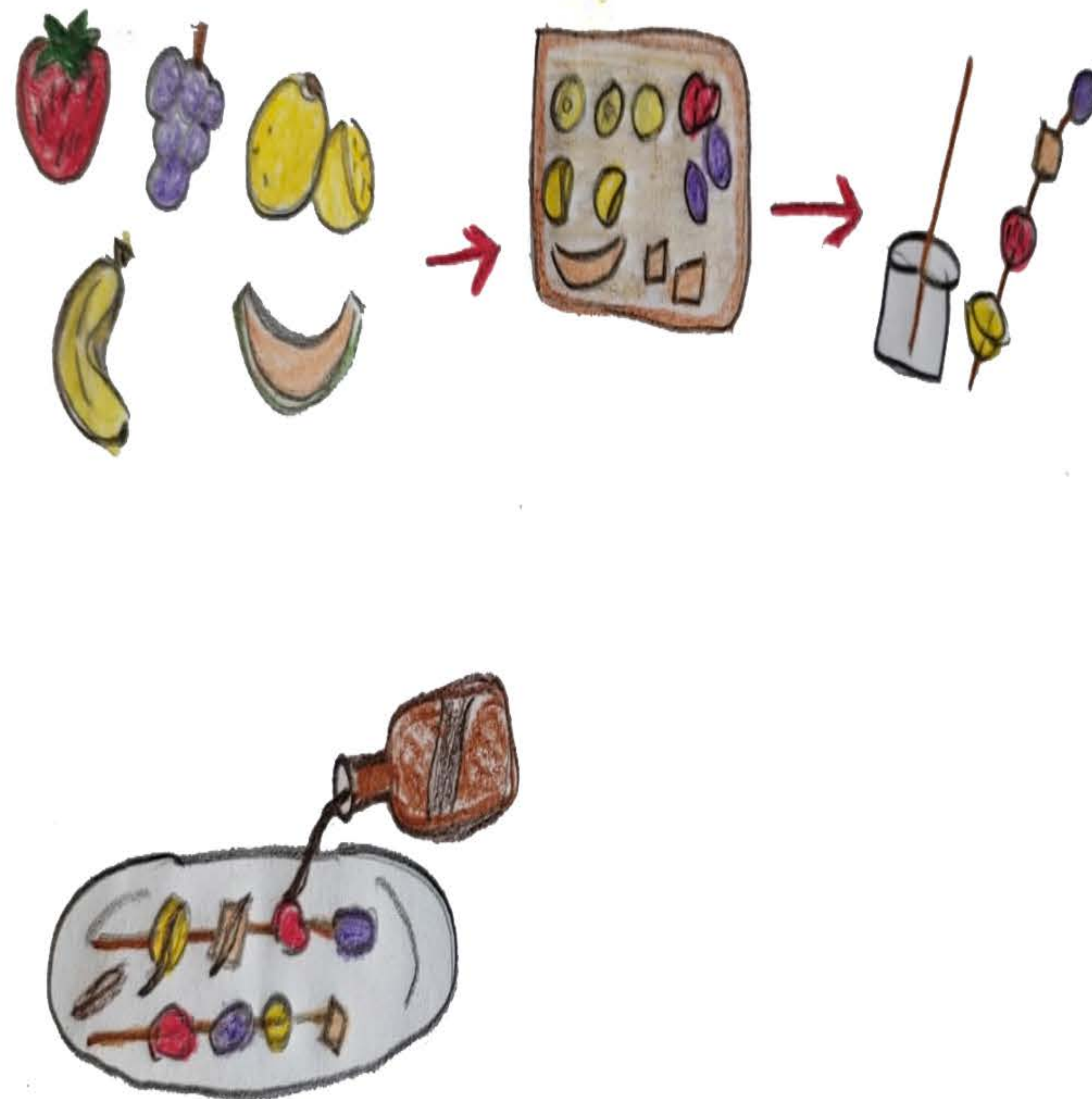
- *Palillos de brocheta
- *Plato extendido
- *Tabla para picar
- *Cubierto
- *Bowl

Ingredientes:

- ✓ Fresa 5 pzas.
- ✓ Uvas 10 pzas.
- ✓ Guayaba 5 pzas.
- ✓ Plátano 1 pza.
- ✓ Melón 3 rebanadas
- ✓ Palillos para brocheta
- ✓ Chocolate
- ✓ Cajeta
- ✓ Un vaso con agua



Preparación





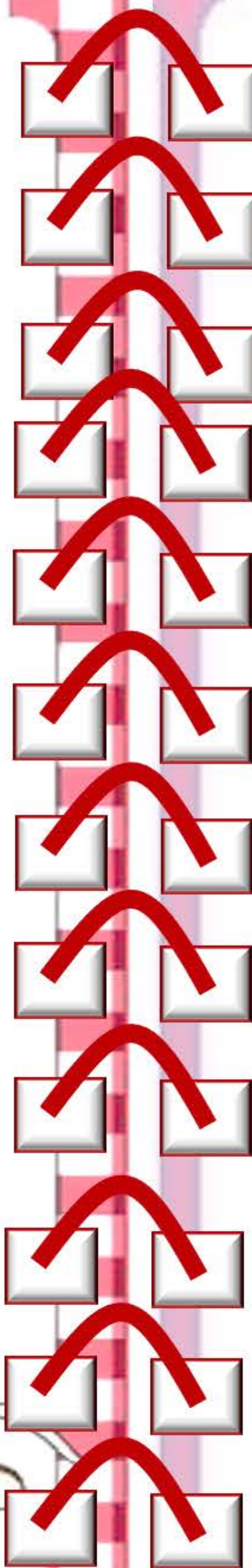
Molletes

Utensilios

- *Plato extendido
- *Tabla para picar
- *Cubierto
- *Palita para untar

Ingredientes:

- 1 Bolillo
- Frijoles refritos
- Queso panela
- Crema
- Jitomate
- Cilantro
- Limón



Preparación





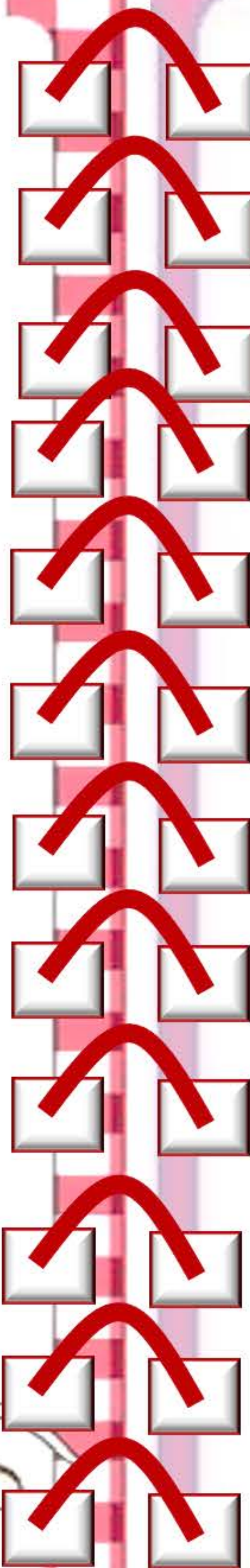
Ensalada de pollo

Utensilios

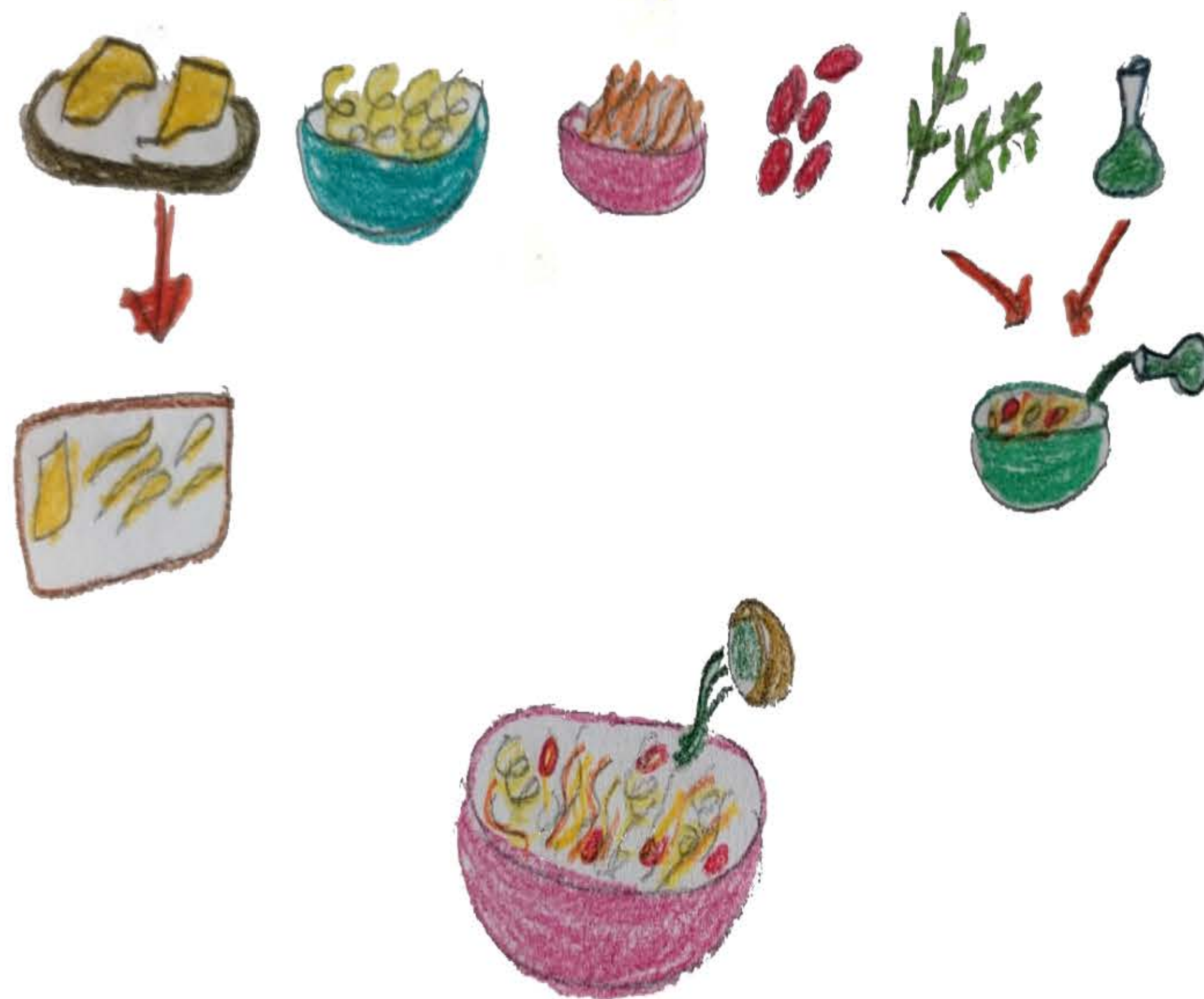
- *Plato extendido
- *Tabla para picar
- *Cubierto
- *Palita
- *Platito hondo
- *Cuchara
- *Bowl

Ingredientes:

- Pollo deshebrado
- Zanahoria rallada
- Jícama rallada
- Jitomate cherry
- Sopa cocida
- Aceite de oliva
- Albahaca
- Limón 2 pzas.
- Apio
- Sal



Preparación





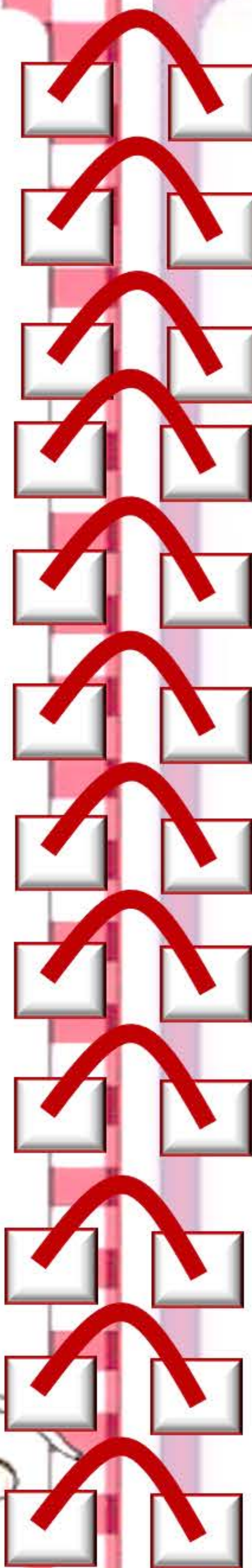
Rollo de Nutella fresa y plátano

Utensilios

- Plato extendido
- Cubierto
- Palita para untar
- Tabla para picar

Ingredientes:

- ✓ 3 Rebanadas de pan de caja
- ✓ Plátano
- ✓ Fresas
- ✓ Nuez
- ✓ Nutella



Preparación

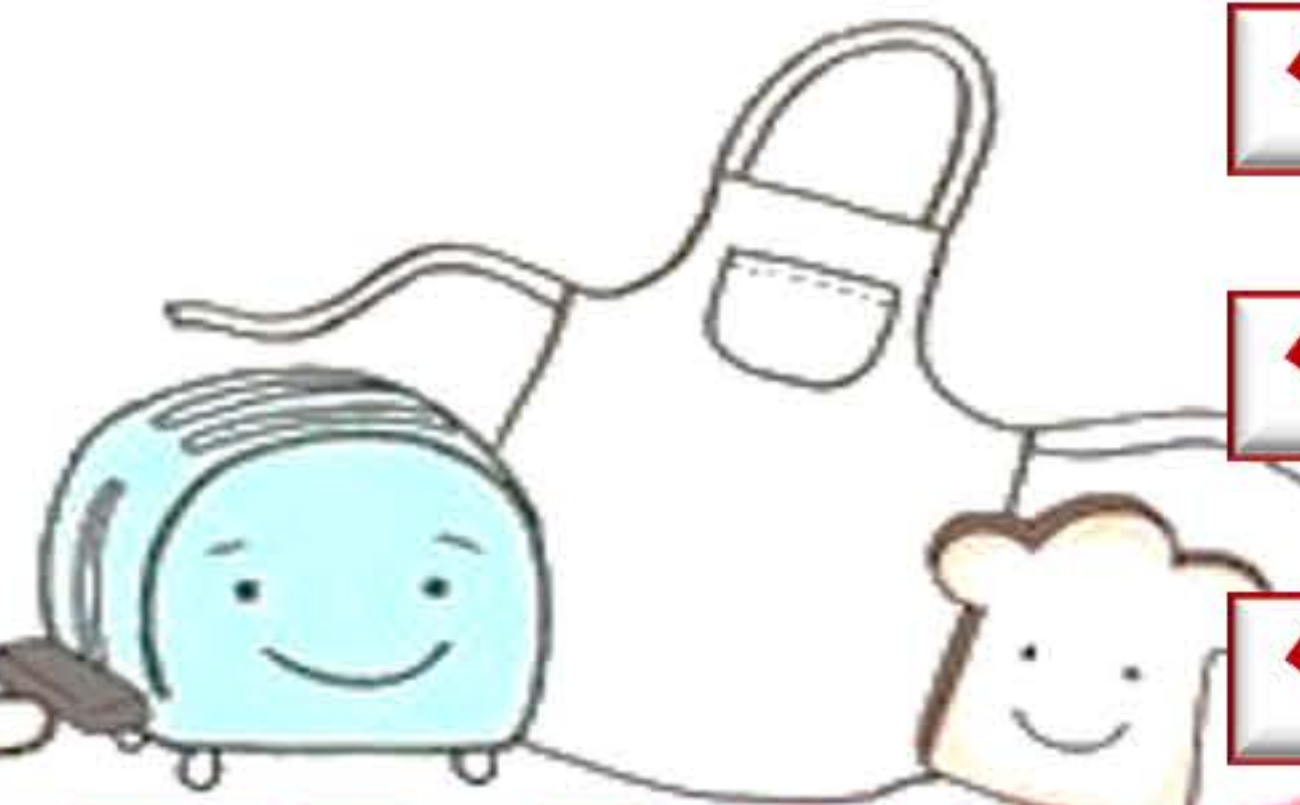




Utensilios

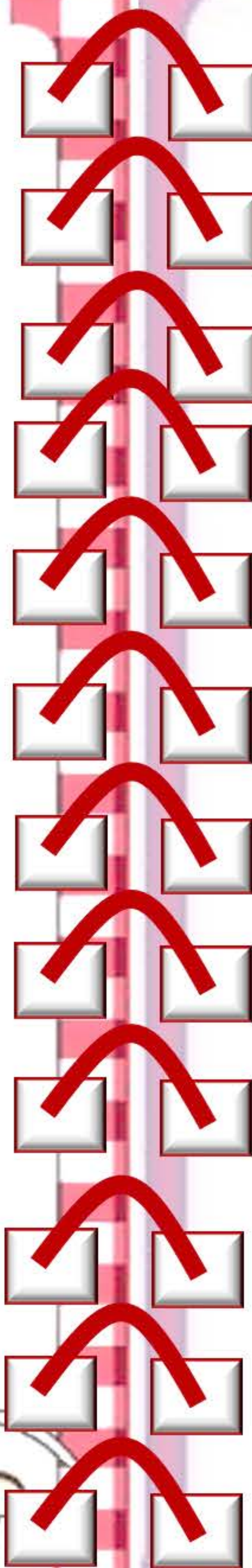
Ingredientes:

- Carne de res $\frac{1}{4}$ deshebrada
- Papa cocida 1pza.
- Zanahoria rallada 1pza.
- Jitomate 1pza
- Lechuga
- Limón 2pzas
- Queso panela
- Aceite de oliva
- Orégano



Salpicón

- Plato extendido
- Tabla ara picar
- Cubiertos
- Cuchara grande
- Bowl
- Exprimidor
- Plato hondo



Preparación





Ensalada rusa con pollo

Utensilios

*Plato extendido

*Tabla para picar

*Cubierto

*Palita para untar

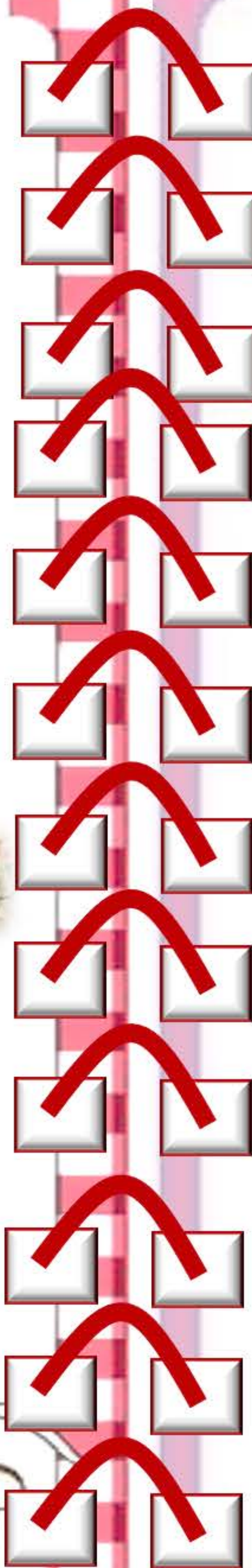
*Bowl

*Platito hondo

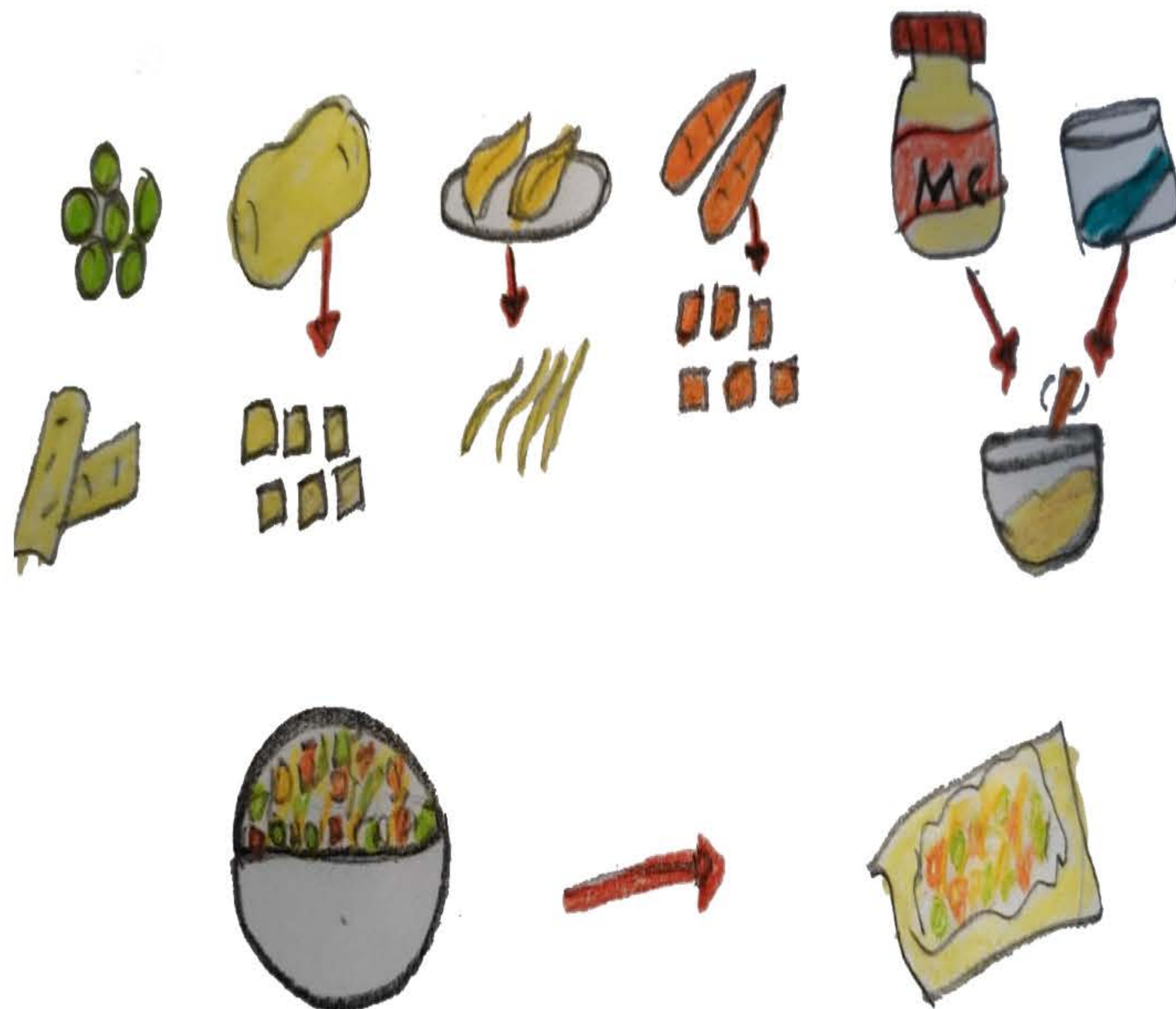
*Cuchara

Ingredientes:

- Pechuga cocida
- Papa cocida 1 pza.
- Chicharos cocidos
- Mayonesa
- Crema
- Tostadas salmas



Preparación





Recuerda:

**En cada receta
Gratitud, esperanza,
ilusión y siempre
iiiMucho Amoriii**



**El taller de cooking agradece a
cada papá, mamá, abuelita,
abuelito, tíos, o hermanos que
apoyaron con el tiempo y los
ingredientes para llevar a cabo
este taller.**

Guadalupe Ramírez Hurtado

Responsable del taller de Cooking