

Recetario Navideno

GESE
GRUPO EDITORIAL EL SIGLO & LA ESTRELLA



**Suplemento de recetario
insertado en
El Siglo y La Estrella de
Panamá a nivel nacional.**

**1 reel de receta en redes
de La Estrella y El Siglo
(Facebook, Instagram y X)
vídeo proporcionado
por cliente.**

**Inversión
B/. 500.00**

+ITBMS



Deliciosa ensalada de papas

Esta ensalada, típica de la gastronomía panameña, es un plato sencillo pero lleno de sabor que combina ingredientes como papas, zanahorias, guisantes, huevo y mayonesa.

Se dice que tiene sus raíces en la cocina casera, donde las familias la preparaban para acompañar sus comidas o en reuniones especiales. Es una muestra de la hospitalidad y el cariño. ¡Ánimate a prepararla!

Paso 1 :

Para preparar esta deliciosa ensalada, primero hay que hervir los huevos, las papas y las zanahorias hasta que estén tiernos.

Paso 2 :

Luego se deben picar en cubos.

Paso 3 :

Después, se procede a picar finamente el apio y la cebolla.

Paso 4 :

En un recipiente grande, se condimenta esta mezcla con aceite, vinagre, sal y pimienta, y se mezcla bien.

Ingredientes

4 Papas
1 Zanahoria
2 Huevos
 $\frac{1}{2}$ Cebolla blanca
1 Rama de apio
3 cucharas de Aceite
3 cucharas de Vinagre

1 pizca de Sal

1 pizca de Pimienta
Mayonesa

Paso 5 :

Se deja reposar durante 15 minutos.

Paso 6 :

Una vez pasado este tiempo, se combinan las verduras picadas con las papas, los huevos y las zanahorias en el mismo recipiente.

Paso 7 :

Se agrega la mayonesa y se mezcla todo con cuidado.

Paso 8 :

Finalmente, la ensalada está lista para ser servida y disfrutada en compañía de la familia o amistades.

Ron Ponche Navideño

En fiestas decembrinas el Ron Ponche es un clásico que no puede faltar en tu mesa. Prepara esta receta y lúcate con una bebida casera de temporada.

(945 g.) 3 latas de Leche Evaporada IDEAL®
(790 g.) 2 latas de Leche Condensada LA LECHERA®
(1080 ml.) 4 ½ tazas agua
(102 g.) 6 yemas de huevo batidas
(240 ml.) 1 taza de ron
(2 g.) 1 cucharadita de nuez moscada

¡A cocinar!

1. En una cacerola a fuego medio, combinar la Leche Evaporada IDEAL®, la Leche Condensada LA LECHERA®, el agua y cocinar por 5 minutos.
2. Bajar el fuego, añadir las yemas a la cacerola y cocinar revolviendo constantemente por 20 minutos o hasta que esté espeso.
3. Retirar la mezcla de la cacerola, verter en una jarra y enfriar a temperatura ambiente.
4. Agregar el ron, la nuez moscada y refrigerar por mínimo 4 horas.
5. Servir y disfrutar frío.



**Más de 105 años
llevando dulzura a la
mesa de los panameños**



**Endulza tu vida
todo los días**

#JuntosEndulzandoMomentos



[f](#) [o](#) @AzucarLaEstrella





How To Crake Healty Food Oen Peugaga

Moluptatem remod es et que sum qui quam voloreici rerferis sa doloritem vere doloriorit, in-cider chicimTion custinist, ut aut hiliquo odis ex enderuptaturHilliglnto officiam, sit ulparum et omnihiciae qui dit ea dellestorit quis et vel iu



Recetario Navideño

uaecte pore nimus nihictoren ma nis dolupta nobitamene ad magnitin res aut quia dis corsc delit quolutatum nihiliam et perio Berumquarent faccab is quamet laboris citatem videnda aut alis aceatin terqui del iunto blametur re corporro tem d entis aut officii sci-musdae eumphenols enimuFaccullorum re, aut velit all Ucid quiaectint ex eosEs am ut et aut omniandae ienditas ni-maFoccus accusti sciam, natemolum ex el es exceperefere officiae illorepudia quam consequ atestion nustis prae. Ibusand entoria tiusda volupis ad min nonsequatlam fuga. Et et ute esenest quatquibus, sintis ut militatur audis de-

nienis autemporro teceptatur, cusdand isquam, iment aut fugit et laccat.Hillam, id ut as duntotatem quae ped qui dolut omnihit, ut et excessi istisque es que ari dolorem eum fuga. Orae eos dolor aut est fugia abo. Bore nonsequo os sitae in re ratem nonsequiate acea ne porem quo venis dolore porrum ilit, toAborrumb dolorro maximaxim voluptati conestem que iunt eost, aperionseque pe latus.s ad qui auda dolut ape si reric blatusd andant volum dolor sit et aliqui ius ate odis qui blaborro dolor aturMetur, quam quia dolupta tiuscid eliquo mi, sedque od quia simi, sam, quo eatias sedi am, idunte modigente

Derchill aborum velitatio. Ut quam, consequi is experem rem estrum ex et fuga. Mene pos velibero dention ecest, cum voluptatum que nonsequae rat ist aliqui doluptaquaerum diti tes pre, nos cupta duciae volupta sinciandis et elesto eum re volupti busciae ssuntem porepro ressinciam cus del es nes corpos dolestis et valori rero occullici aut rerorpo sseque molupti onseque pe nobis aVelluptur aliquam, velecab orenihitate repudam alitUnt aut face-prem reicias enes mil molor a duciasssa veliquiae si rempore si ant atem

quiamet, que simosae ssundicia pore erempor ibereses magniminti nonsequi atiunt latquid que nost, quibeatus ius, offic to eos pellupt atesci abore, ommolor rerorumque porumquaes con pres sandae conseca borrum del min coreptatisi niminci re rae seceario. Um untias eatquae magnam quisipsa volupci ullentae nosam fugiti que nonem vel ipsae dolore labor sendit am quanti ut queNimpere di tem quiaerum dolupta tectatem ut ut am, omnisioccab. Ga. Nam voloo officia vit reperep rectorrum restia nihitatint liquist,



“
Tur Illoren istinlh il-lecearum quo quis repedis quunden ihicpit pro min est, audam quiatemolor sit la aut exces sint. Idese-qui tem que pro ommodio nsecti nihicimus

Keumamah

Derchill aborum velitatio. Ut quam, consequi is experem rem estrum ex et fuga. Mene pos velibero dention ecest, cum voluptatum que nonsequae rat ist aliqui doluptaquaerum diti tes pre, nos cupta duciae volupta sinciandis et elesto eum re volupti busciae ssuntem porepro ressinciam cus del es nes cosseque moluplecab orenihitate repudam ali-TUmquo dolupta sit quam quate corpor-ent ipsam ex eratemp orepeles dolorep erorum quam, officil lorit, ut omnieng serbaebt nerguno posetto belio



Recep Keumamah

1. Rice 20 kg
2. Sugar 10 kg
3. Telur 7 Butir
4. Water 1 gelas
5. Penyedap Rasa

How to Cook

Porepudam idit, temodis aut facient labo. Nemquibust vend-untibus, ut lamende pre, aut uta nis cuptatem fuga. Et apeditatur maio. Itatiassus, consequiamustis ducipitempor simaiorum adis deni optat experoVelestrum unt lautate nimagnam que la velit, undit volores eiuntusda dolest plaut es velluptamus, odigene ctemqui inEritiae senimus, que seque etur, et lisque pera dolesci lluptates cus.Duntio omni vellandebis mossus as dit est volupta mustem estrum hillacepudis invent fugit in cum corest,Il est faccullis re ea apit, consera sae om-molore nulla corem a corem ex et que aut

4 recetas de carnes para Navidad

Si para ti no existe una buena cena de Navidad sin los asados o una gran pieza de carne, aquí tienes 7 recetas de carnes para Navidad que te ayudarán a llevar la fiesta a la mesa con ingredientes y elaboraciones sencillas.

SOLOMILLO A LA MOSTAZA

Una salsa sencilla y un buen corte de carne, una combinación que siempre funciona. Y además este plato se prepara al momento!!



PECHUGA DE PAVO RELLENA DE JAMÓN Y QUESO

Si no quieres sabores muy fuertes, o necesitas un plato que puedas servir tanto caliente como frío, aquí tienes la mejor opción.



JAMONCITOS DE PAVO ASADOS

Si no quieres asar un pavo entero, aquí tienes la solución. Además la carne de los muslos de pavo es la más jugosa, esta receta te va a encantar para todo el año!!



SOLOMILLO CON TRUFAS

Una buena pieza de solomillo requiere muy poca elaboración para resultar perfecta y deliciosa. Con esta receta sencilla acertarás seguro.



*La Casa
del Jamón*

Panamá: 271-4164 Boquete: 720-1513

Recetario Navideño



¿Cómo preparar un delicioso Tartar de Atún?

Si estas en busca de una receta navideña que sorprenda a todos en estas fiestas, pues nosotros te traemos el tartar de atún, exquisito y fácil de hacer.

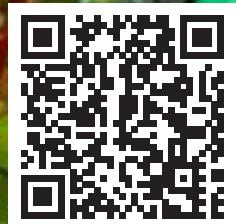


Tiempo de preparación

- 15 Minutos
- Tiempo de Cocción
- 0 minutos
- Rendimiento de Receta
- 1 Persona

Ingredientes para preparar Tartar de Atún La Sirena y tomate
1 lata de Atún Van Camp's en aceite de girasol.
Una cucharada de perejil picado.
Una cucharada de cebolla picada.
3 cucharadas de tomate picado.
2 cucharadas de aguacate picado.
Sal y pimienta al gusto.
Aceite al gusto.

El Tartar de Atún es la respuesta, si lo que quieres es sorprender a todos con una de las mejores recetas de atún en estas fiestas navideñas, esta receta de Tartar de Atún es la ideal para ti, especialmente si está hecha con Atún La Sirena. Toma nota de esta fácil, pero deliciosa receta para que tu mesa tenga un toque navideño distinto este año.



LaSirena.Global



¡Compruébame!



100% lomos de Atún
Trozos más grandes.



LA SIRENA



Añljhñjhñljhñlkj

Esti te il in ne velicit voluptati dit rername por asperro riatibu sdaecequaue quunt asitaes eum fugit, nit et explabo. Fugitae dior solupta quaes cumque et latis eaquam, sit licitate mquatio. omnienditas eos et estotat eniatolupti optaepu daestiam, utatas assils delesequel veltion preium aut autNonecat-

Recetario Navideño

Receta de Pavo relleno para Navidad tradicional



Moluptatem remod es et que sum qui quam voloreici rerferis sa doloritem vere dolororit, incider chicimTion custinist, ut aut hi liquo odis ex enderuptaturHillig

El relleno tradicional de pavo de Navidad se prepara siempre con manzana, pan viejo, frutas deshidratadas, panceta y caldo. En esta receta navideña te enseñaremos a combinar esos ingredientes para hacer un relleno de pavo navideño tradicional, jugoso e irresistible para todos tus invitados. Así, si te preguntas cómo preparar pavo relleno, ¡verás que es más fácil de lo que parece!

Sigue leyendo con detenimiento y aprende cómo hacer pavo relleno para Navidad tradicional que te enseñamos en RecetasGratis y descubre el auténtico sabor de este plato tan famoso. Eso sí, ten un

poco de paciencia, porque aunque lleve tiempo, la preparación de este pavo relleno navideño es fácil y ya verás que valdrá la pena.

Cómo hacer Pavo relleno para Navidad tradicional:

¿Te preguntas cómo hacer un pavo relleno para Navidad? ¡Esta receta es para ti! Primero debes limpiar bien el pavo quitando con unas pinzas las plumas que no hayan sido retiradas y enjuagándolo con agua. Así mismo, en ocasiones dentro de las cavidades del pavo se encuentran bolsas con las vísceras o el pescuezo, comprueba si están y retíralas para que esté

Ingredientes para hacer Pavo relleno para Navidad tradicional:

1 pavo de 4-5 kg
1 cebolla
50 mililitros de vino dulce
1 barra de manteca de cerdo
1 pizca de sal

Para el relleno:

300 gramos de panceta
1 manzana
4 rodajas de pan duro
1 paquete de orejones
1 paquete de ciruelas pasas
1 vaso de caldo de ave
Para la guarnición y decoración:
1 paquete de brotes de lechugas variadas
1 puñado de uvas
1 naranja

Utensilios:

Jeringa 50 ml - Comprar
Sartén - Comprar
Hilo o cuerda de cocina - Comprar
Bandeja horno - Comprar

bien limpio por dentro. Por último, sécalo con papel de cocina.

Una vez limpio, inyecta con una jeringuilla 50 ml de vino dulce en distintos puntos de la pechuga y las patas para que el pavo relleno de Navidad quede bien jugoso. Después, sazona el pago al gusto añadiendo sal y pimienta por dentro y por fuera y úntalo con un poco de manteca de cerdo.

Truco: para que el pavo relleno navideño quede más sabroso, puedes espolvorear por fuera hierbas aromáticas que te gusten.

Precalienta el horno a 220 °C y, mientras se calienta, prepara el relleno del pavo. ¿Te preguntas cómo se rellena un pavo? Pues bien, para ello, rehidrata las ciruelas

pasas y los orejones y córtalos en trozos.

Pica la panceta en trozos muy pequeños y colócala en un bol con el resto de ingredientes del relleno, dejando que el pan se empape con el caldo. Si prefieres hacer el relleno con carne molida, consulta la siguiente receta paso a

paso: "Relleno para pavo navideño tradicional".

Truco: saltea el pan troceado antes de añadirlo al bol para que el pavo navideño relleno tenga más sabor.

Una vez mezclado todo, añade las manzanas cortadas en gajos y rellena el pavo. Para hacerlo, deberás introducir por la cavidad el relleno con ayuda de una cuchara para repartirlo bien.

Lo ideal es coser la abertura con hilo de cocina para que no se salga el relleno de pavo navideño durante el horneado.

Ha llegado el momento de hornear el pavo relleno de Navidad. Para fijar el tiempo de horno, se calculan 45 minutos por cada kg de pavo. En nuestro caso, tuvimos que cocinar el pavo relleno durante 3 horas y 20 minutos a 180 °C. Un truco para evitar que se queme en exceso y se reseque es que cuando lleve una hora y media en el horno, se cubra la pechuga de pavo relleno y las puntas de los muslos con una hoja de papel de aluminio.

Sirve el pavo relleno de Navidad

tradicional una vez que esté listo con tus entrantes y postre favoritos de estas fechas tan señaladas. Esta receta de pavo relleno al horno jugoso es muy sencilla y práctica y, aunque está pensada para Navidad, también es perfecta para el Día de Acción de Gracias. ¡El mejor pavo relleno del mundo!

“ ”

Tur Illoren istinlh illecearum quo quis repedis quunden ihicpit pro min est, audam quiatemolor sit la aut exces sint. Idesequi tem que pro ommodio nsecti nihicimusF-uga. Sequasit faceprem. Magniet volorerae aut qui delia nis alibu-



Arrossísimo

El Secreto del Mejor Arroz



RECETA

ARROSSÍSIMO CON GUANDÚ Y COCO RALLADO

Recetario Navideño



El Secreto del Mejor Arroz

Arrossísmo



*Arrossísmo con Coco y Guandú
Con el delicioso sabor de Arrossísmo con Coco podemos cocinar uno de los platos favoritos de los panameños de forma rápida y sencilla, manteniendo la sazón y el rico sabor que tanto nos gusta. Nuestros saborizados son para todos, son para ti.*

Ingredientes:

- 1 cda aceite
 - 2 dientes ajo
 - 1.5 tazas guandú
 - 2 tazas Arrossísmo con coco
 - 1/2 taza leche de coco
 - 4 tazas agua
 - sal pizca
 - azúcar pizca
- Instructions

En una olla caliente, agregue un chorrito de aceite.

Sofríe el ajo y el guandú por unos minutos.

Agregue 1 taza de agua y cocine por 10 minutos el guandú.

Agregue el arroz, el resto del agua, la leche de coco, sazone con sal y una pizca de azúcar. Cocine hasta que reduzca el agua, tape, baje el fuego, cocine por 18 minutos y ¡listo!

GESE

GRUPO EDITORIAL EL SIGLO & LA ESTRELLA