



McCORMICK

Deliciosa receta



Receta del Mes

Croquetas de atún con salsa tártara

- 2 latas de atún en agua Herdez
- 2 huevos
- 1 diente de ajo cortado finamente
- 1/2 taza de pan molido
- 2 cucharadas de perejil
- 5 cucharadas de queso parmesano rallado
- 2 cucharadas de cebolla finamente picada
- aceite de oliva
- Sal y pimienta negra McCormick

Para la salsa Tártara

- 1 taza de mayonesa McCormick
- 1 cucharada de alcaparras picadas
- 1 cucharada de pepinillos en vinagre picados
- 1 cucharada de perejil picado
- 1 cucharada de cebolla picada

Preparación:

Mezcle todos los ingredientes de la salsa tártara hasta que se incorporen perfectamente.

En un recipiente aparte coloque el atún previamente escurrido.

Añada el queso parmesano, el perejil picado, la cebolla, el ajo, los huevos, la sal y la pimienta negra. Mezcle perfectamente.

Forme las croquetas y páselas por el pan molido.

Fríalas en aceite de oliva.

Acompañe las croquetas de atún con la salsa tártara.

preparado con:



Licudo de fresa y naranja

- 2 1/2 tazas de fresas congeladas sin azúcar
- 1/2 taza de endulzante sin calorías, granulado
- 1 taza de jugo de naranja Herdez
- 3/4 de taza de yoghurt natural sin grasa
- 1/2 cucharada de extracto de vainilla McCormick
- 1/4 de taza de hielo molido

Preparación:

Ponga todos los ingredientes en la licuadora hasta que la preparación quede cremosa.

Haga pausas para integrar la mezcla que se adhiera a los costaos

Sirva de inmediato.

Nota: esta receta tiene 50% menos calorías, 94% menos grasa, 49% menos carbohidratos y 62% menos azúcares que una receta tradicional.

Información

Breve Historia de los villancicos.

La palabra "villancico" deriva de la denominación (villanos) dada a los habitantes de las villas, para diferenciarlos de los nobles o hidalgos.

En España, el origen de los villancicos se halla en una forma de poesía preferentemente cultivada en Castilla, parecida al zéjel. Esta es una forma de composición o métrica popular de los musulmanes españoles. Antes de denominarse villancicos, recibieron también los nombres de "villancejos" o "villancetes".

Estas canciones de Navidad son muy valoradas por la Iglesia Católica. Y la más antigua data del siglo IV: "Jesus refulsit omnium", atribuida a San Hilary de Poitiers. Más tarde, la música navideña cristiana del Medioevo, siguió las tradiciones del "Canto Gregoriano", mientras que en el Renacimiento italiano, surgió una forma de canciones navideñas más alegre y juguetona. De algún modo, ellas se acercan más a los posteriores villancicos que hoy conocemos.

En inglés, los villancicos son denominados "carols". La palabra tiene su origen en el francés "caroler", que significa bailar haciendo un anillo o círculo. Dichas canciones se interpretaban en latín, su contenido era religioso y, debido a su adopción por los países protestantes, las tradiciones musicales de Navidad se intensificaron.

Una de las más célebres canciones de Navidad es "Noche de Paz" (originalmente "Stille nacht, heilige nacht") cuya letra fue escrita por Joseph Mohr, párroco de un pueblito de Austria y la música, compuesta por un profesor de música, Franz Gruber, poco antes de la Navidad de 1818.

McCORMICK

Poniendole lo sabroso a tu cocina

www.mccormick.com.mx