

EDUCACIÓN
PRIMARIA
5º A

INGREDIENTE:
TOMATE





Cocinero/a Juan Manuel Atalaya

Receta Salpicón de marisco

Ingredientes

lulio, pescada, mejillones,
pimientos, tomate, aceite,
sal y vinagre



Modo de preparación

Primero hervimos el marisco con agua, mientras se hierve
el marisco troceamos y pelamos los tomates
y los pimientos, después ponemos a escurrir el
marisco, segundo en una fuente añadimos el
marisco, el tomate y los pimientos y por
último lo aliñamos con aceite, sal y vinagre





Cocinero/a Candela

Receta Gazpacho

Ingredientes

- Tomate

- Ajo

- Sal

- Vinagre

- Agua



Modo de preparación

1 Cortar el tomate y echarlo en el recipiente.

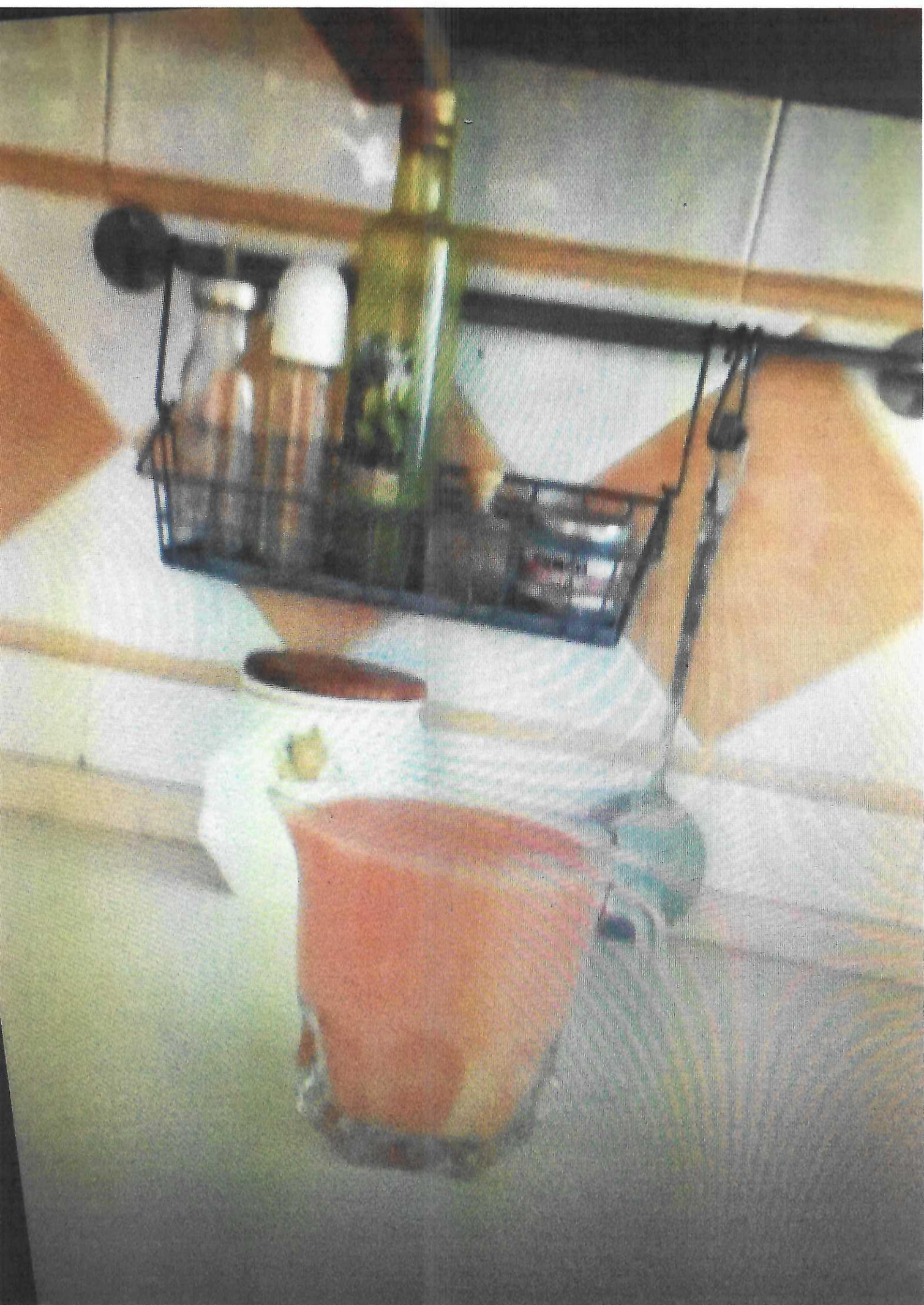
2 Pelar un ajo y echarlo junto al tomate

3 Batirlo y echarle sal, vinagre y agua

4 Sigue batiendo y luego pruébalo si ves que le falta algo le echas de nuevo

5 Bate, Bate y aquí tienes un Gazpacho.





CANDELA BARROSO ORTIGOSO
- GAZPACHO - - 5-A - 2' -



Cocinero/a Daniela Burgos

Receta Carne con tomate

Ingredientes

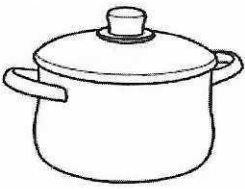
Tomate, Pechuga
de pollo, hierbas
provenzales moli-
das, vino blanco,
aceite de oliva,
patatas, sal.



Modo de preparación

Preparamos una olla agregamos
aceite se pone la olla al
fuego, cuando está templada
se agrega el tomate triturado
de lata. Cuando está listo se
aparta del fuego, se trasea
la carne en un recipiente se le
añade la carne con vino blan-
co, hierbas provenzales y sal.
se deja reposar unas 30 minutos.
Seguidamente en una sartén
se fríe la carne. Una vez frita
se añade el tomate (se fríen
unas patatas) (opcional) se le
agrega a la carne con
tomate y obtenemos el plato.





Cocinero/a Lázaro Calero
Rey

Receta Salmorejo

Ingredientes

Tonate

Pan

Acete de oliva virgen extra

Ajo

Sal



Modo de preparación

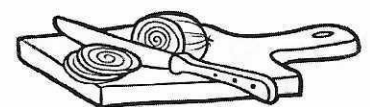
Comienzo lavando los tomates

En un bol coloco el pan y lo cubro
de pure de tomate

Le pongo el diente de ajo y trituro con agua

Ahora le añado aceite de oliva virgen
extra

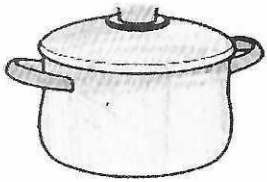
Y finalmente lo bato mucho y
así queda



- SALMOREJO -

5ºA-4-

LÁZARO CALERO
REY



Cocinero/a Carmen Díaz

Receta Macarrones con tomate

Ingredientes

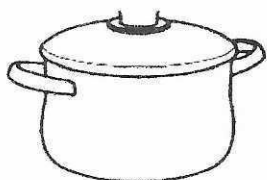
- 5 tomates cherry
- 80 g. de macarrones
- Sal
- Media cebolla
- Aceite de oliva



Modo de preparación

En una olla, hierve un poco de agua con sal. Cuando el agua esté hirviendo, echa los macarrones. Mientras los macarrones hierven, parte una cebolla por la mitad y fríela. Cuando la cebolla esté frita, corta los tomates cherry por la mitad y échalos en la sartén junto a la cebolla y los macarrones. Saltéalos un poco y ponlos en un plato.





Cocinero/a Alba Gómez

Receta: carne con tomate

Ingredientes

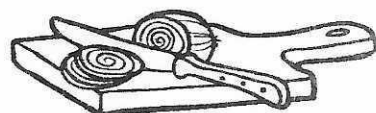
Sal, azúcar, aceite,
vinó blanco, pimienta,
lauré, carne de magro,
tomate.

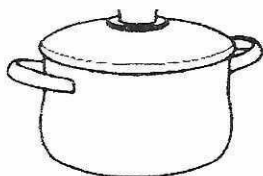


Modo de preparación

Calentar el aceite; freír la carne y dorarla un
poquito; añadirle el laurel, la pimienta y sal; des-
pués de dorarlo un poquito se le añade el vino
blanco. Se deja un rato y se añade el tomate.

A fuego lento se deja aproximadamente una hora
y media. Se le pone un poco de azúcar para quitarle
el sabor a ácido. Ya una vez listo se deja
enfriar (pero no en el frigorífico) y aprovechar de
tu rica comida.



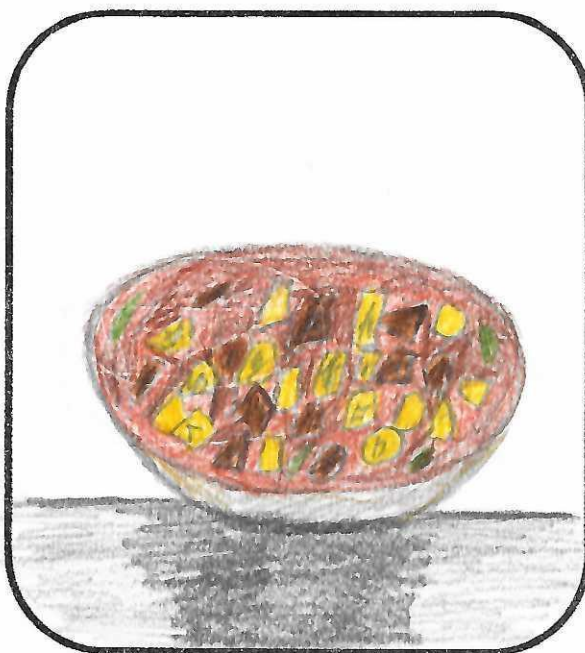


Cocinero/a Lydia

Receta Patatas guisadas

Ingredientes

Tomate, carne
aceite, patata,
pimiento, laurel,
pimiento, sal,
ajo, agua,
pimiento dulce
y vino blanco



Modo de preparación

Lavar, lavar y cortar: tomate,
pimiento y ajo. Freír todo en la
sartén; cuando lleva un rato
le ponemos la carne lo doramos,
lo freímos un ratito. Le echamos
el laurel, la sal y un poquito
de vino blanco. Cuando este todo
bien doradito le echamos el agua.
Lo dejamos hervir y luego al
final le ponemos la patata

¡Y ya está! Ya podemos comer-
noslo.

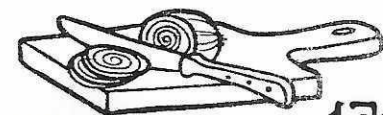
- PATATAS

GUISADAS -

5ºA - 7 -

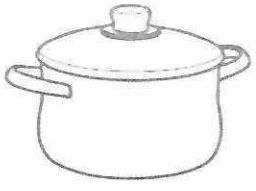
LYDIA

GÓMEZ



VACA

174



Cocinero/a Mi mamá y yo

Receta Macarrones con salchichas

Ingredientes

Aceite, cebolla, ajo,
Zanahoria, salchichas,
macarrones, tomate y
oregano



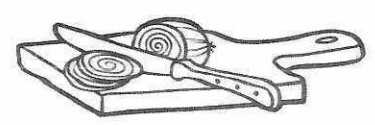
Modo de preparación

Echamos agua en una olla, le echamos sal
y aceite cuando este el agua hirviendo se
le echan los macarrones tarda unos 10 minu
tos de preparación, después se escurren y
se deja en reserva.

Se echa en la olla: aceite, cebolla, el
ajo, la zanahoria en pedacitos muy chicos
y se fric. Después se le echan las salchichas,
cuando estan fritas, le añadimos el tomate y
el oregano.

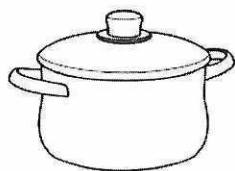
y para finalizar, echamos los macarrones con
todos los ingredientes y los removemos + todo
muy bien.

David Jurado Velasco





DAVID JURADO VELASCO - MACARRONES
5°A - 8' - CON SALCHICHAS - 175'



Cocinero/a Nora

Receta Carne con tomate.

Ingredientes

Cebolla, zanahoria, carne,
aceite, sal y varios
tomates.

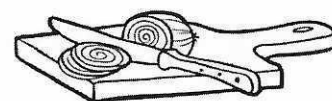


Modo de preparación

- En una sartén con aceite, ponemos la cebolla troceada, la carne y la freímos todo.
- En una olla ponemos 1kg de tomates troceados y pelados, y tres zanahorias peladas y troceadas, un charreón de aceite extra Virgen, sal y 2 vasitos de agua.
- Dejase cocer durante 45 min.
- Después añadire la carne con la cebolla, dejare todo cociendo unos 5 o 10 min, y aporbar.

La Receta Esta lista Para Comer.

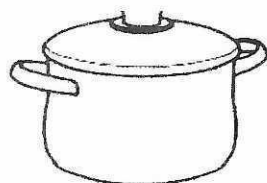
¡Buena Provercha!



- CARNE CON
TOMATE -

NORA LÓPEZ
MESA

5ºA-9-



Cocinero/a Álvaro López

Receta Ensalada de pasta

Ingredientes

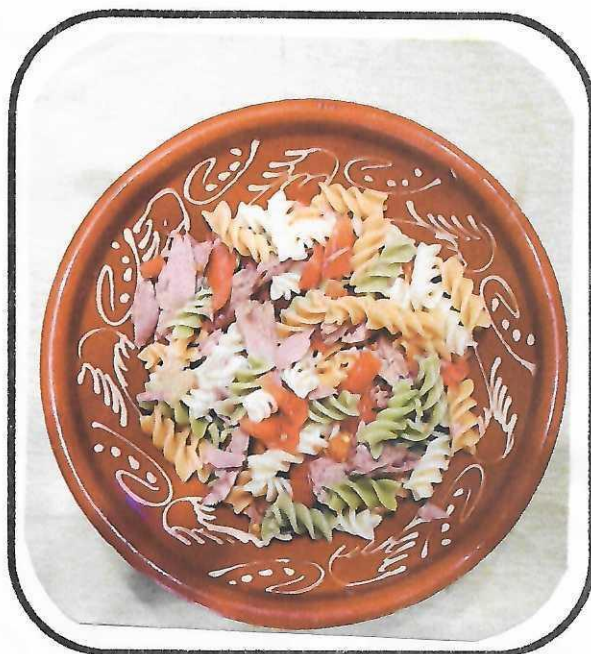
Tomates naturales.

Melva y atún.

Sal.

Limón

Pasta

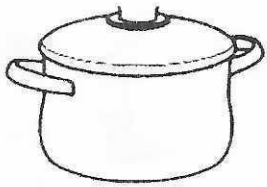


Modo de preparación

Ponemos agua a hervir, a fuego medio. Mientras, en un recipiente añadimos tomate en trocitos pequeños y una lata de atún y otra de melva. Cuando el agua haya hervido, echamos la pasta y esperamos un tiempo. Cuando ya este blandita, la quitamos de la sartén y la echamos a un colador con agua fría. Una vez ya enfriada, se echa al recipiente (bowl) donde está el tomate y el atún. Para terminar aliñamos con sal y limón al gusto. Y listo para servir.

También se le pueden añadir más ingredientes como cebolla, aceitunas, palitos de cangrejo...





Cocinero/a

José Álvaro

Receta

Gazpacho

Ingredientes

Tomate 1 kg

Pimiento verde 1

Peperina 1

Dientes de ajo 2

Aceite 50 ml

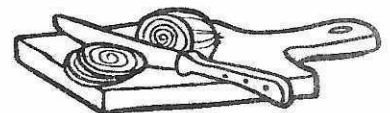
Pan 250 ml

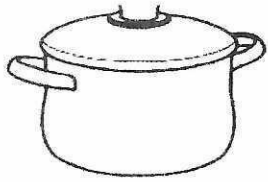
Sal 5g Vinagre 30ml



Modo de preparación

En el vaso de la batidora: los tomates, ajo, el pimiento, peperina, agua, sal y vinagre. Batimos todo hasta que se quede líquida, echamos en una jarra hasta que se ponga frío.





Cocinero/a Daniela Pareja Gómez

Receta Tomates rellenos de atún y huevo.

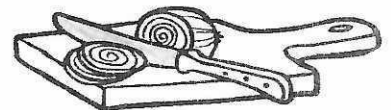
Ingredientes

5 tomates grandes,
3 huevos cocidos,
2 patas de atún pequeñas,
1/2 cebolla pequeña picada,
4 palitos de cangrejo,
Perejil, tomate frito y
Sal.



Modo de preparación

- 1) Cortamos el centro en forma cruz.
- 2) Los cocemos en agua hirviendo durante 15 o 20 segundos.
- 3) Le quitamos la piel al tomate
- 4) Después en la cruz que hemos hecho le hacemos un círculo y le quitamos lo de adentro.
- 5) Picamos los tres huevos cocidos y también los palitos de cangrejo
- 6) Añadimos el atún al tomate frito, también el huevo cocido, los palitos de cangrejo, y la cebolla picada.
- 7) Lo mezclamos todo
- 8) Cuidadosamente lo echamos todo al tomate
- 9) Echamos el perejil
- 10) Dejamos que se enfrien un poco y
¡¡¡ L ISTO !!



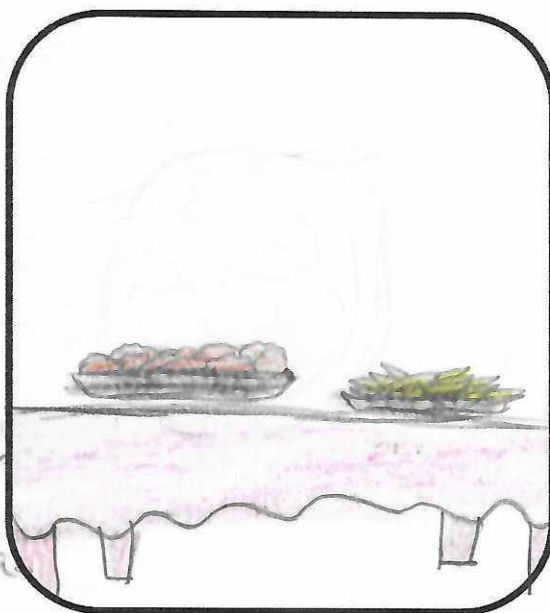


Cocinero/a Almudena

Receta Albóndigas con tomate.

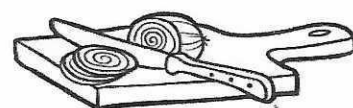
Ingredientes

tomate triturado, ce-
bollos, carne picada,
perejil, sal, ajo, acei-
te de oliva, pan rallado,
y huevos.



Modo de preparación

Mezclar la carne picada con el
perejil, el ajo, la sal y el pan rallado
y los huevos. Hacer bolas y freír las
en aceite, en una olla se pocha la
cebolla y se añade el tomate tritu-
rado. Se deja que se fría con la ce-
bolla y pasado un rato se añaden
las bolas se prueba para ver si están
bien de sal. Se pueden acompañar
con patatas fritas.



- ALBÓNDIGAS
CON
TOMATE -

5-A-13-

ALMUDENA
MOLERO

PINEDA

180

Cocinero/a Rafa Ramos

Receta Salmorejo

Ingredientes

1 Kilo de tomates
200 g de pan
200 ml de aceite de oliva
Sal
Vinagre
1/2 diente de ajo



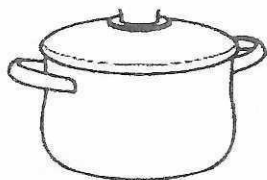
Modo de preparación

Lavamos los tomates y los pelamos.
Lo echamos en un recipiente y le añadimos
el ajo y la sal. Trituramos todo muy bien.
Añadimos el pan y trituramos hasta que
quede sin grumos.
Echamos el aceite y batimos despacio.
A continuación servimos en un plato.

¡¡¡YA ESTA LISTO
PARA COMER!!!



SHOT ON REDMI 9
AI QUAD CAMERA



Cocinero/a Ariadna Vielva 5ª

Receta Pisto

Ingredientes

- (2) Calabacín, pimiento verde (2)
- (1) pimiento rojo, cebolla (1),
- (2) ajos, aceite de oliva,
- una lata de tomate triturado, una cucharadita de azúcar, otra de sal y otra de pimentón dulce.



Modo de preparación

Primero, troceamos el calabacín, el pimiento rojo, el pimiento verde y los ponemos cada uno en un bol diferente.

Después, picamos los ajos y la cebolla, echamos (~~aceite~~) aceite en la sartén, junto con lo anterior, y lo dejamos sofreír. Ahora añadimos el pimiento rojo y el pimiento verde, lo dejamos unos minutos que se hagan y una vez hechos, añadimos el calabacín y otros diez minutos para que se hagan mejor.

Por último, echamos la lata de tomate, una cucharadita de azúcar, otra de sal, y otra cucharadita de pimentón dulce, lo mezclamos todo y otros 10 o 15 min. para que se guisen. Luego lo ponemos en un plato y a chuparse los dedos.

Fin.

Firma: Ariadna

