



UNA VERDADERA GUÍA DE COCINA

seARch

Escanea aquí.

FR
by
Framtid R

UNA VERDADERA GUÍA DE COCINA

seARch

Experiment like never before. Easy, fast and simple

Experimenta como nunca antes. Fácil, rápido y simple.

By
Framtid R

FR

Contenido

1. Guía - Realidad Aumentada [App: **seARch**]

2. Introducción.

3. Prepara algunos platos típicos de Colombia.

- Arepas rellenas de queso.
- Papas chorreadas
- Arroz atollado
- El sancocho.
- Empanadas
- Arroz con coco
- Arepa de huevo
- Changua
- Ajiaco.
- Lechona
- Chicharron
- Bandeja paisa.
- Otras

4. Bibliografía

Guía - Realidad Aumentada

Desde tu celular, busca la aplicación: “seARch”



Para acceder a más información presiona en el símbolo de pregunta, (?) este te brindará las instrucciones y el link para ir a la pagina web donde encontrarás este PDF para descargar.

Presiona donde dice:

FramtidR.com

Instrucciones!

Presiona el botón:



Y con la cámara activada busca sobre la imagen a ver el contenido en realidad aumentada.

La velocidad de carga del contenido depende de la velocidad de conexión a internet de tu teléfono, donde por ejemplo un video tardará en cargar similar a como cuando abres un video en otra aplicación.

Ningún contenido queda guardado dentro del teléfono, por lo tanto si no tienes conexión a internet no podrás visualizar el contenido a escanear.

Más información, temas relacionados con la aplicación, etc... puedes contactarnos en nuestra página web: www.framtidr.com

Ejemplo de uso:

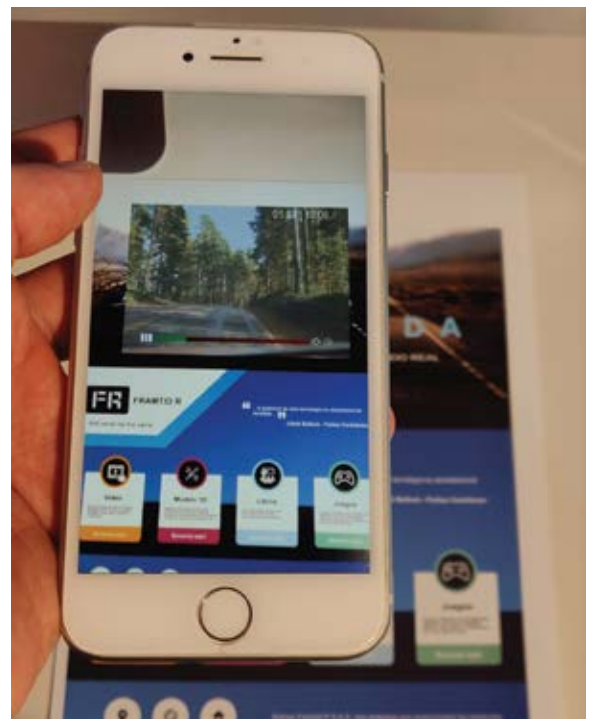


Escanea aquí.

En este archivo y en futuras ediciones encontraras siempre en las imágenes con contenido de realidad aumentada la frase: “ Escanea aquí ”

No olvides presionar en configuración, (☰)
Donde podrás acceder al botón para poder leer las Políticas y Términos y condiciones de uso.

[Políticas y Términos y Condiciones de uso.](#)



Introducción

COLOMBIA

“ Un país joven diverso y pujante, con ciudades vibrantes.

La localización del país determina su gran variedad de ecosistemas, Colombia está conformada por siete pisos térmicos que pasan desde una vasta región Andina con alturas que alcanza los seis mil metros pasando por la zona cafetera donde se produce el café más suave del mundo hasta densas selvas en la Amazonía y la Orinoquía, extensas costas sobre el mar caribe y el océano pacífico y amplias llanuras en el oriente del país.

Colombia son sus valles, paramos, playas de aguas tibias, cuevas, desiertos, cañones, selvas y ríos de colores.

¿Cuál es el país del mundo con mayor variedad de flores? La respuesta es Colombia, adicional de orquídeas, palmas, de pájaros exóticos y ranas.

¿Cuál es el país con mayor diversidad de frutas por metro cuadrado? Colombia, donde puedes probar una fruta cada día durante todo el año sin contar que este país alberga el 10% de la flora y fauna de todo el planeta.

Colombia también es su gente, el talento de los Colombianos nos ha llevado a alcanzar grandes metas, como es un premio nobel de literatura; uno de los artistas contemporáneos más relevantes del mundo cultural, empresarios, investigadores, artistas, deportistas demuestran al mundo que en la tierra del realismo mágico somos capaces de hacer realidad lo que otros pensaban que era imposible. El mestizaje de este país, lleno de herencias indígenas, española, africana, hace rica nuestras tradiciones con una amalgama de sabores, ritmos, colores y destinos que hacen únicas las experiencias mágicas que viven millones de turistas de todo el mundo, en el país del realismo mágico, la alegría corre por la piel, con ritmos como el vallenato, la cumbia, el porro, la champeta, el bambuco, la guabina, la salsa o el joropo que llenan de baile las celebraciones

tradicionales que animan a Colombia durante todo el año.

Colombia tiene una economía que crece por encima del promedio de la región, con 48 millones de habitantes decididos a llevar cada vez más adelante el país. Colombia ha atraído a inversionistas de todo el mundo por la facilidad que ofrece para hacer negocios, es una nación fuerte y constante y a la vez hospitalaria y alegre.

Colombia conquista el mundo con sus productos y servicios, si pudiéramos ver el mundo a través de los productos Colombianos, en las mañanas Asia desayuna con el café más suave del mundo, en las tardes Europa disfruta nuestras frutas y en América adornan importantes ceremonias con la mayor variedad de flores, acompañamos la mundo a tomar el sol, a disfrutar del frío, a viajar, a celebrar; aquí se sonríe como si la alegría también se exportara, aquí se saluda como si ser amable fuera una ley y se disfruta como si hacerlo fuera un deber, aquí hay personas pujantes y solidarias que creen en la reconciliación y la integración como actos de esperanza y de progreso, en nombre de Colombia te invitamos a que lo conozcas, lo disfrutes y tu también te conviertas en uno de los millones embajadores del realismo mágico que ayudan a que el mundo conozca lo mejor de Colombia.”¹



Escanea aquí.

Prepara algunos platos típicos de Colombia

AREPAS RELLENAS DE QUESO

“ Las arepas son pequeñas empanadas planas, redondas y sin levadura hechas de maíz (harina de maíz). Son prominentes en Colombia y Venezuela y a menudo se comen en el desayuno. El término arepa proviene de la palabra "erepa", que significa pan de maíz en el idioma de los pueblos indígenas de Venezuela y Colombia. ”³



Escanea aquí

4

PAPAS CHORREADAS

“ En cualquiera de sus presentaciones o preparaciones siempre son deliciosas! La papas chorreadas se hacen tradicionalmente con papa Sabanera, un tipo de papa roja muy común en Colombia. Esta preparación tiene una característica particular, no se cocinan con la piel completa, deben ir chalequeadas (a medio pelar). Como lo dice su nombre, las papas deben ir chorreadas o bañadas con una salsa deliciosa, el hogao.”⁵



6

Escanea aquí

ARROZ ATOLLADO

“ Este plato que combina carnes rojas, pollo y vegetales, es originario del Valle Del Cauca.

El arroz atollado recibió este nombre porque en sus inicios se preparó con Tollo, una especie perteneciente a la familia de los tiburones y que abundan en las costas del Pacífico. Aunque algunas personas lo siguen cocinando con pescado, la mayoría de platos se preparan con carne de cerdo y pollo hoy en día.”⁷



Escanea aquí

8

Prepara algunos platos típicos de Colombia

EL SANCOCHO

“ El sancocho es básicamente una sopa muy espesa hecha con tubérculos y diferentes tipos de carnes, en un caldo, generalmente aromatizado con hierbas (cilantro o perejil), combinado con achiote, ajo, cebolla, cebollín y pimientos. Es casi un guiso, pero todavía se considera una sopa. Cada sancocho que pruebes puede ser diferente del último y único en sí mismo. Los sancochos en Colombia siempre se sirven con aguacate, arroz blanco y ají picante (salsa picante colombiana) al lado. ”⁹



Escanea aquí

10

EMPANADAS

“ La receta de empanadas colombianas forma parte de los entrantes más sabrosos que existen. Se diferencian de unas empanadas tradicionales por la masa, realizada en la harina de maíz muy utilizada en la cocina de este país latino. Para hacer unas empanadas colombianas caseras podemos utilizar varios tipos de carne para rellenarlas, en este caso, un poco de pollo nos ayudarán a hacerlas un poco más ligeras.”¹¹



12

Escanea aquí

ARROZ CON COCO

“ Existen cientos de formas de preparar el arroz blanco, pero una de las más auténticas de prepararlo es con coco, tal y como lo comen en la costa atlántica colombiana , especialmente en la ciudad de Cartagena.

El arroz con coco es muy especial , pues su original sabor –que cuenta con un toque dulce–, va muy bien tanto solo, como acompañando comidas saladas. De ahí que sea tradicional usarlo como guarnición para el pescado frito.”¹³



Escanea aquí

14

Prepara algunos platos típicos de Colombia

AREPA DE HUEVO

“ La arepa de huevo (llamada coloquialmente arepa'e huevo) es una arepa típica de la Región Caribe de Colombia, la cual se compone de arepa de maíz y huevo en el interior. Su preparación consiste en freír la masa anticipadamente, luego se vierte un huevo crudo y se regresa a freír. Algunas preparaciones, además del huevo, llevan también carne desmechada o carne molida. ”¹⁵



Escanea aquí

16

CHANGUA

“ La Changua es una sopa de leche y huevo que forma parte de la gastronomía colombiana. Es un plato típico para desayunos, pero hay quienes lo consumen a cualquier hora del día, ya que tiene un sabor delicioso y es una receta muy económica. Además, casi siempre tenemos los ingredientes en casa. ”¹⁷



18

Escanea aquí

AJIACO

“ Ajiaco es un plato colombiano único, especialmente querido en la ciudad de Bogotá. Es una sopa de pollo abundante hecha con papas y mazorcas de maíz. Las papas andinas amarillas pequeñas llamadas papas criollas son el ingrediente importante: disuelven y espesan la sopa mientras se cocina. Es un gran menú para una noche fría, todo en una olla. Servir con pan artesanal y vino Albarino español. ”¹⁹



Escanea aquí

20

Prepara algunos platos típicos de Colombia

LECHONA

“ Lechona Tolimense es un plato tradicional, originario del departamento de Tolima de Colombia, a menudo se sirve en ocasiones especiales. Este plato popular consiste en un cerdo entero relleno de arroz, guisantes y especias, cocinado en un horno durante aproximadamente diez a doce horas. ”²¹



Escanea aquí

22

CHICHARRON

“ El Chicharrón es una comida muy típica en todo Latinoamérica de origen español. Aunque cada país ha hecho su propia adaptación de la receta, en todos ellos tiene en común que utiliza la grasa del cerdo, la diferencia es que en algunos incluyen la carne en la preparación y en otros no.

El Chicharrón colombiano si que utiliza la carne, por lo que es una fritura de la piel del cerdo o tocino con su carne. Se puede comer en cualquier momento del día. Normalmente si se toma solo es como aperitivo, aunque muchas veces se combina con otros platos.”²³



24

Escanea aquí

BANDEJA PAISA

“ Este es un platillo que destaca no solo por su sabor, sino por su colorido, la variedad de ingredientes y la abundancia de sus porciones, de allí que su nombre sea bandeja paisa, puesto que son tan abundantes que no caben en un plato convencional y deben servirse en bandejas.”²⁵



Escanea aquí

26

Bibliografía

- 1 - Colombia. (2017, Junio 12). Esta es Colombia [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=mLuPSlwS5w8>
- 2 - Esteban Beltrán. (2008). Ilustración de Enric Jardí. [Ilustración]. Recuperado de <https://blogs.publico.es/dominiopublico/330/va-todo-mejor-en-colombia/>
- 3 - ArepasDelGringo (sin año). Tim. AREPAS DE QUESO. Recuperado de <https://arepasdelgringo.com/make-arepas-de-queso-colombian-recipe/>
- 4 - ArepasDelGringo (sin año). Tim. [foto]. Recuperado de https://arepasdelgringo.com/wp-content/uploads/2015/02/arepas_with_cheese_recipe1-1500x1000.jpg
- 5 - Patty Stern (2019). Papas chorreadas. Antojandoando.com. Recuperado de <https://antojandoando.com/recetas/papas/papas-chorreadas/>
- 6 - Foto: YouTube - Alienana (sin año). Papas chorreadas (Región Andina). Recuperado de <https://cdn.colombia.com/sdi/2011/07/27/papas-chorreadas-724727.jpg>
- 7 - Cristina (2013). Arroz atollado. Una colombiana en California. Recuperado de <http://www.unacolombianaencalifornia.com/2013/06/arroz-atollado/>
- 8 - Colombia.com (sin año). Arroz atollado (Colombia). Recuperado de <https://cdn.colombia.com/sdi/2011/08/02/arroz-atollado-496018.jpg>
- 9 - Erica Dinho (sin año). Sancocho Trifásico. mycolombianrecipes.com. Recuperado de <https://www.mycolombianrecipes.com/sancocho-trifasico-three-meats-sancocho>
- 10 - Colombia.com (sin año). Sancocho de gallina (Regiones Andina y Pacífica). Recuperado de <https://cdn.colombia.com/sdi/2011/07/28/5e084174de35482ebd040906c2712c62.jpg>
- 11 - Okdiario. (2018). Empanadas colombianas. okdiario. Recuperado de <https://okdiario.com/recetas/empanadas-colombianas-2265819>
- 12 - skynnytaste (2017). Air Fryer Beef Empanadas. [foto]. Recuperado de <https://www.skinnytaste.com/wp-content/uploads/2017/09/Empanadas-1-6.jpg>
- 13 - Andrea Baquero (2014). Arroz con coco colombiano. La opinión. Recuperado de <https://laopinion.com/2014/01/07/arroz-con-coco-colombiano/>
- 14 - Paulina Cocina (2016). Arroz con leche de coco: una guarnición suave. [foto] Recuperado de <https://www.paulinacocina.net/wp-content/uploads/2013/09/1-P1040772.jpg>
- 15 - Wikipedia (2017). Arepa de huevo. Recuperado de https://es.wikipedia.org/wiki/Arepa_de_huevo
- 16 - Colombia.com (2017). ¿Cómo preparar una Arepa de huevo? [foto]. Recuperado de <https://cdn.colombia.com/sdi/2017/02/08/como-preparar-una-arepa-de-huevo-538322.jpg>
- 17 - Renaware (2017). Changua. Rena Ware International. Recuperado de <https://renaware.net/changua/>
- 18 - Comida típica de Colombia. (sin año). Receta Changua [foto]. Recuperado de <https://comidatipicadecolombia.top/wp-content/uploads/2018/07/Changua.jpg>
- 19 - Marian Blazes. (2019). Hearty Ajiaco: Colombian Chicken and Potato Stew. the spruce Eats. Recuperado de <https://www.thespruceeats.com/colombian-chicken-and-potato-stew-4120146>
- 20 - Animal gourmet. (2013). #Receta: Ajiaco colombiano, nostalgia por la patria [foto]. Recuperado de <https://www.animalgourmet.com/wp-content/uploads/2013/08/ajiaco.jpg>
- 21 - Erica Dinho. (sin año). Lechona Tolimense (Colombian-Style Stuffed Pork). my Colombian recipes. Recuperado de <https://www.mycolombianrecipes.com/lechona-tolimense-colombian-style-stuffed-pork>
- 22 - Amigofoods (sin año). Lechona Colombiana: What is it & how to make it [foto]. Recuperado de <https://blog.amigofoods.com/wp-content/uploads/2019/07/lechona-colombian-dish.jpg>
- 23 - Marta D. (2017). Receta de Chicharrón Colombiano. viviendocali.com. Recuperado de <https://www.viviendocali.com/receta-chicharron-colombiano/>
- 24 - Cristina (2013). Chicharrones colombianos [foto]. Recuperado de http://farm9.staticflickr.com/8257/8615306288_740bddacb2_c.jpg
- 25 - Receta de la Bandeja Paisa. (sin año) Comida Típica de Colombia. Recuperado de <https://comidatipicadecolombia.top/recetas-colombianas/bandeja-paisa/>
- 26 - Colombia.com (sin año).Bandeja paisa (Región Andina) [foto]. Recuperado de <https://cdn.colombia.com/sdi/2011/08/02/bandeja-paisa-500927.jpg>

¿Por qué el café de
Colombia es el mejor café del mundo?



Escanea aquí