

# ARROZ SAN PEDRO®



LOS MEJORES CHEFS A CARGO  
DE LAS MEJORES RECETAS



[www.globalalimentos.com.sv](http://www.globalalimentos.com.sv)

¡DESCARGA TU RECETARIO!

 Global Alimentos

 Sabemosdecocinaoficial



## **CHEFS**

JUAN SALOMÓN MIGUEL

KARINA PÉREZ

ROBERTO MENÉNDEZ

FRANCISCO ARÉVALO



ARROZ  
**SAN**   
**PEDRO**®



# 100 MANERAS *de* COCINAR



# ÍNDICE

• Índice de recetas por Juan Salomón Miguel.....	4
• Índice de recetas por Karina Pérez.....	5
• Índice de recetas por Roberto Menéndez.....	6
• Índice de recetas por Frank Arévalo.....	7
• Prólogo.....	8
• Conozcamos a Juan Salomón Miguel.....	10

## Recetas por Juan Salomón Miguel

### Arroces en preparaciones saladas

1. Arroz San Pedro con camarones.....	11
2. Arroz San Pedro con alitas de pollo.....	12
3. Arroz con trocitos de cerdo ahumado y almendras.....	13
4. Arroz San Pedro con espinaca al horno.....	14
5. Arroz San Pedro con pollo Teriyaki.....	15

### Arroces en preparaciones dulces y dulce-salado

6. Arroz San Pedro con frutas.....	16
7. Arroz San Pedro en leche con pasas rubias.....	17
8. Arroz San Pedro en leche morena.....	18
9. Brownies de arroz San Pedro con nueces y chocolate.....	19
10. Tortas de arroz San Pedro con queso.....	20

### Arroces veganos

11. Arroz San Pedro con semillas de almendras, ajonjolí y pasas rubias.....	21
12. Arroz San Pedro con cilantro.....	22
13. Arroz San Pedro con frijoles y champiñones.....	23
14. Arroz San Pedro con guisantes y granos de elote.....	24
15. Arroz San Pedro con lentejas.....	25

### Arroces en recetas internacionales

16. Arroz San Pedro con albóndigas y salsa barbacoa a la americana.....	26
17. Arroz San Pedro con almendras.....	27
18. Arroz San Pedro amarillo con chorizo español.....	28
19. Arroz San Pedro con garbanzos y chile ciruela a la mexicana.....	29
20. Arroz San Pedro estilo Young Chow.....	30

### Arroces al estilo salvadoreño

21. Arroz San Pedro con chacalines.....	31
22. Arroz San Pedro con chicharrones, garbanzos y curry.....	32
23. Arroz San Pedro con chorizo.....	33
24. Arroz San Pedro con ejotes y verduras.....	34
25. Arroz San Pedro con loroco.....	35

## **Recetas por Karina Pérez**

Conozcamos a Karina Pérez..... 36

### **Arroces en preparaciones saladas**

26. Arroz San Pedro capeado con hongos y pollo..... 37

27. Arroz San Pedro con espárragos y crema de aguacate..... 38

28. Ensalada de arroz San Pedro con tocino y queso Manchego..... 39

29. Arroz San Pedro verde con aros de calamar..... 40

30. Arroz San Pedro con pollo y hierbas..... 41

### **Arroces en preparaciones dulces y dulce-salado**

31. Arroz San Pedro con licor de coco..... 42

32. Arroz San Pedro en leche de almendra a la naranja..... 43

33. Arroz San Pedro con Baileys, pasas y almendras..... 44

34. Arroz San Pedro con plátano y cerdo en reducción de balsámico 45

35. Bolitas de arroz San Pedro con panko y salsa de chocolate..... 46

### **Arroces veganos**

36. Arroz San Pedro con aceitunas y tomates deshidratados..... 47

37. Arroz San Pedro con berenjena y tomates cherry asados..... 48

38. Arroz San Pedro con nueces, coliflor y eneldo..... 49

39. Arroz caldoso con champiñones y brócoli..... 50

40. Arroz San Pedro con zucchini y semillas de marañón..... 51

### **Arroces en recetas internacionales**

41. Arroz cantonés San Pedro..... 52

42. Arroz San Pedro tailandés con salmón..... 53

43. Wantán de arroz San Pedro con soya y camarón..... 54

44. Arroz San Pedro al estilo hindú con coco rallado..... 55

45. Arroz San Pedro a lo mexicano con chorizo jalapeño..... 56

### **Recetas al estilo salvadoreño**

46. Arroz San Pedro capeado con chipilín y quesillo..... 57

47. Bolitas de arroz San Pedro rellenas de chicharrón  
con salsa de loroco..... 58

48. Casamiento con sardina picante..... 59

49. Sopa de pollo con arroz San Pedro..... 60

50. Arroz negro con salpicón..... 61

## Recetas por Roberto Menéndez

Conozcamos a Roberto Menéndez..... 62

### Arroces en preparaciones saladas

51. Arroz San Pedro con camarones, coco y mango..... 63  
52. Arroz San Pedro con tomate deshidratado y pollo..... 64  
53. Arroz San Pedro con semillas de almendras y pechugas de pollo..... 65  
54. Arroz San Pedro con espinaca y salchicha de pavo..... 66  
55. Tortilla de arroz San Pedro frito con tocino y vegetales..... 67

### Arroces en preparaciones dulces y dulce-salado

56. Bolitas de arroz frito con leche saborizada y ralladura de limón..... 68  
57. Arroz San Pedro en leche con chocolate y malvaviscos..... 69  
58. Pastel de arroz San Pedro y arándanos secos..... 70  
59. Manzanas rellenas de arroz con fresa..... 71  
60. Flan de arroz San Pedro con leche y ralladura de naranja..... 72

### Arroces veganos

61. Arroz San Pedro al estilo risotto con tomate y albahaca..... 73  
62. Zucchini rellenos de arroz San Pedro..... 74  
63. Arroz San Pedro chino vegetariano..... 75  
64. Piña rellena de arroz San Pedro..... 76  
65. Arroz San Pedro Jardinerio..... 77

### Arroces en recetas internacionales

66. Arroz San Pedro estilo risotto con queso parmesano y mantequilla..... 78  
67. Arroz San Pedro a la marinara con tinta de calamar..... 79  
68. Sushi con arroz San Pedro..... 80  
69. Arroz frito tipo cantonés..... 81  
70. Paella con arroz San Pedro..... 82

### Recetas al estilo salvadoreño

71. Arroz San Pedro estilo risotto con hongos y tenquiques..... 83  
72. Arroz San Pedro con chufles..... 84  
73. Arroz con loroco y pechuga de pollo con almendras..... 85  
74. Arroz con chipilín y espárragos frescos..... 86  
75. Arroz San Pedro con longaniza de Nahuizalco y chile guaco..... 87

## Recetas por Frank Arévalo

Conozcamos a Frank Arévalo.....	88
---------------------------------	----

### Arroces en preparaciones saladas

76. Arroz San Pedro a la diabla.....	89
77. Arroz San Pedro relleno de espárragos.....	90
78. Arroz San Pedro con camarones.....	91
79. Ensalada de arroz San Pedro con atún.....	92
80. Arroz San Pedro marino.....	93

### Arroces en preparaciones dulces y dulce-salado

81. Bolitas de arroz San Pedro con coco.....	94
82. Barras de arroz San Pedro con almendras.....	95
83. Flan de arroz San Pedro con leche.....	96
84. Arroz San Pedro con chocolate y wallnuts.....	97
85. Yogurt de mango con Arroz San Pedro.....	98

### Arroces veganos

86. Arroz San Pedro con naranja, champiñones y frutos secos.....	99
87. Ensalada de arroz San Pedro con tofu.....	100
88. Arroz San Pedro navideño.....	101
89. Arroz San Pedro con almendras y pasas.....	102
90. Arroz San Pedro campesino.....	103

### Arroces en recetas internacionales

91. Arroz San Pedro con calamares.....	104
92. Arroz San Pedro Chaufa.....	105
93. Arroz San Pedro a La Jambalaya.....	106
94. Arancini de arroz San Pedro con salsa marinara.....	107
95. Arroz San Pedro cantonés.....	108

### Arroces al estilo salvadoreño

96. Arroz San Pedro con chipilín.....	109
97. Arroz San Pedro con chocalines.....	110
98. Arroz San Pedro con loroco.....	111
99. Arroz San Pedro Cojutepecano.....	112
100. Arroz negrito con tunco.....	113

Glosario.....	114
---------------	-----

## PRÓLOGO

Con grandes propiedades nutritivas, el arroz es el alimento universal. En cualquier lugar del mundo que visitemos, podemos tener la certeza que lo encontraremos. Muchos lo usan para sustituir el pan o la tortilla en sus comidas; otros igualmente lo colocan como complemento o guarnición. Como sea, no podemos obviar que hay tantas maneras de cocinarlo como manos que lo ocupen.

Este año hemos recopilado mediante este recetario dos costumbres ancestrales: el consumo de arroz y el arte de la gastronomía. Ambas características se fusionan y obtenemos de las manos de cuatro de los más prestigiosos chefs de El Salvador “100 maneras de cocinar Arroz San Pedro”.

Juan Salomón Miguel aporta una cocina experta y talentosa, pero mantiene ese toque de sencillez y amor por lo casero que disfrutamos los salvadoreños. Karina Pérez representa el empoderamiento de las mujeres en esta rama; es experta en lo dulce, pero sin dejar de ser detallista y sublime en cualquier platillo. Roberto Menéndez envuelve la cocina con su toque de modernidad y vanguardia de las nuevas generaciones. Por último, Frank Arévalo nos enseña que la cocina es arte y pasión por lo diferente, en donde la atención a los detalles está su sello personal. Entre los cuatro nos ofrecen un amplio y variado recetario para satisfacer cualquier paladar.

El libro está ordenado por cuatro secciones que contienen cinco apartados. La experiencia culinaria comienza con las recetas de Juan Salomón Miguel, quien nos muestra cinco categorías:

Arroces en preparaciones saladas de consumo regular.

Arroces en preparaciones dulces para uso de postres y algunas propuestas dulce-salado.

Arroces en preparaciones veganas, para los que van a la vanguardia de las tendencias y en nuevo estilo de vida saludable.



Arroces en preparaciones de cocina internacional: un tour por los paladares de otras culturas.

Arroces en preparaciones salvadoreñas, porque nuestros ingredientes y costumbres son espectaculares como nuestro país.

Luego hacemos un recorrido por las propuestas de Karina Pérez, Roberto Menéndez y Frank Arévalo en sus respectivos desarrollos de estilos.

En total son 100 recetas que indican los ingredientes necesarios, su forma de preparación o procedimiento. Además, posee fotografías que harán que se les abra el apetito y que nos emocione conocer y comprender el valioso uso de este grano. Como broche de oro, en la página final de este libro encontrará también un glosario con pequeños términos culinarios.

El fin principal de este recetario es ofrecerles no solo la mejor marca de arroz en El Salvador como es San Pedro, sino que de la mano de excelentes profesionales aprender variedad de estilos de cocina; además de ello comprender que el arroz no es tan difícil de cocinar como creemos, es cuestión de práctica e instrucciones. El arroz es un alimento con un sin fin de propiedades y beneficios que ayudan a nuestra salud. También es un producto de bajo costo. Bondadoso porque con una pequeña cantidad tenemos muchas raciones y sobre todo es delicioso como quiera que lo comamos. De esta manera los invitamos a disfrutar de "100 maneras de cocinar **Arroz San Pedro**".



“Mis dos consejos para un arroz en su punto son: Por 1 taza de arroz siempre agregar 2 tazas de agua. El segundo consejo es que nunca debes destapar la olla ni tocar el arroz mientras se encuentra en cocimiento”



Embajador culinario para la Dirección de Relaciones Exteriores y Turismo.



Presentador de radio y plataformas digitales.

## Juan Salomón Miguel



### “El embajador de la cocina salvadoreña”

Más de 10 años en el mundo culinario le permiten a Juan Salomón Miguel ser un gran profesional en su rama. Independiente e influenciador en nuestra gastronomía representa a las mejores marcas del país. Ha sido jurado de un sin número de eventos. Sin embargo, “Juansa” como lo conocen de cariño sigue siendo un excelente y sencillo ser humano, por ello queremos conocer más de cerca a Juan Salomón Miguel y le preguntamos:

#### *¿Desde cuándo crees que te empezaste a enamorar de la cocina?*

Desde los 8 años me metí en la cocina influenciado por mi abuela, ella preparaba sus platillos típicos, pero yo siempre inventaba mis propias versiones. Me equivoqué muchas veces, pero aprendí y se convirtió en mi pasatiempo preferido.

#### *Juan Salomón, ¿Qué otra cosa te apasiona cuando no estás cocinando?*

Me emociona mucho viajar, conocer gente de otras culturas y por supuesto su gastronomía. Tuve y todavía tengo la oportunidad de hacer eso.



ARROZ  
**SAN PEDRO**

## Arroz San Pedro con camarones

### • INGREDIENTES

#### Para el arroz

- 1 taza de **Arroz Precocado San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- 2 cucharadas de aceite de oliva clásico
- Sal Doña Blanca

#### Para los camarones

- ½ libra de colas de camarones pelados medianos
- ¼ taza de vino blanco
- 2 dientes de ajo picados
- ¼ taza de cebolla picada
- ½ cucharadita de paprika
- 1 ramita de cilantro
- 3 cucharadas de aceite de oliva clásico
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar aceite de oliva, freír los ajos, la cebolla y los camarones; luego agregar el vino blanco y la paprika.
2. Cocinar unos segundos y al terminar con el fuego apagado, agregar el cilantro picado a la preparación de los camarones.
3. Sacarlos del fuego y reservar.
4. En la misma olla, agregar un poco más de aceite de oliva.
5. Freír el **Arroz Precocado San Pedro**. Agregar el caldo de pollo y llevarlo a ebullición. Bajar el fuego y cocinar por 18 minutos. Adicionar los camarones preparados y servir.



## Arroz San Pedro con alitas de pollo

### • INGREDIENTES

#### Para el arroz:

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- 2 dientes de ajo enteros
- ½ cucharadita de sal

#### Para las alitas de pollo:

- 12 alitas de pollo
- ½ taza de salsa inglesa
- 3 dientes de ajo finamente picados
- 1 taza de vinagre de vino tinto
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

#### Para las alitas:

1. En una bolsa plástica con cierre, meter todos los ingredientes con las alitas de pollo.
2. Refrigerar 3 horas y luego, ponerlos en un recipiente para hornear y se procede a colocarlo en el horno a 350° F por 40 minutos. Reservar.

#### Para el arroz:

1. En una olla mediana, poner el caldo de pollo, el **Arroz Blanco San Pedro** y la sal.
2. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar fuego al mínimo para cocinar por 18 minutos.
3. Cuando el **Arroz Blanco San Pedro** esté listo se procederá a colocar la preparación de las alitas.
4. Servir.



## Arroz San Pedro con trocitos de cerdo ahumado y almendras

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 cucharada de aceite de oliva clásico
- 2 tazas de caldo de pollo
- 2 dientes de ajo picado
- Sal Doña Blanca

#### **Agregados**

- 1 libra de cerdo ahumado cortado en cubos
- ¼ cebolla morada
- 1 diente de ajo
- 2 onzas de almendras ralladas
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva, freír el **Arroz Precocido San Pedro** con el ajo.
2. Ahora agregar el caldo de pollo y Sal Doña Blanca necesaria.
3. Tapar y llevar a ebullición, bajar el fuego al mínimo y cocinar 18 minutos.
4. Mientras tanto, en una sartén, calentar el aceite de oliva y luego se comienza a freír los cubos del cerdo ahumado, la cebolla morada, el ajo y las almendras.
5. Sazonar con Sal Doña Blanca y pimienta.
6. Combinar con el **Arroz San Pedro** y servir.



## Arroz San Pedro con espinaca al horno

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz blanco San Pedro** (previamente cocido)
- 2 tazas de espinacas
- 2 tazas de queso mozzarella rallado, más 1 taza para la capa de arriba
- 2 cebollines cortados en aros
- 2 dientes de ajo
- 3 huevos
- $\frac{3}{4}$  taza de Leche Entera Doña Blanca
- 2 cucharadas de crema
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En un recipiente hondo grande, combinar todos los ingredientes, sazonar con Sal Doña Blanca y pimienta.
2. Trasladar esta mezcla a un recipiente para hornear.
3. Para terminar, colocar la taza de queso mozzarella que se había reservado para el capeado.
4. Hornear unos 20 minutos a 350°F.
5. Sacar del horno y servir.



ARROZ  
**SAN PEDRO**

## Arroz San Pedro con pollo en teriyaki

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo o vegetales
- Sal Doña Blanca

#### **Para el pollo Teriyaki:**

- 1 pechuga de pollo deshuesada grande cortada en trozos
- 2 cucharadas de aceite de canola
- ½ taza de salsa teriyaki

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, poner el caldo de vegetales, el **Arroz Blanco San Pedro** y la sal Doña Blanca.
2. Tapar, llevar a ebullición y luego baja fuego al mínimo para cocinar por 18 minutos.
3. Mientras tanto, en una sartén, calentar el aceite de canola, freír los trozos de pechugas de pollo, luego sacar el exceso de aceite y agregar la salsa teriyaki para que se caliente.
4. Para servir, primero es de poner el **Arroz Blanco San Pedro** y sobre este mismo colocar el pollo teriyaki.



## Arroz San Pedro con frutas

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de agua
- ½ cucharadita de sal Doña Blanca

#### Los complementos

- 1/2 taza de trozos de piña en lata
- 1 melocotón de lata cortado en trozos
- ½ taza de gajos de mandarina en lata
- ½ taza de cuadritos de papaya natural
- ½ taza de cuadritos de mango maduro natural

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, colocar el agua, el **Arroz Blanco San Pedro** y la sal Doña Blanca.
2. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar por 18 minutos.
3. Dejarlo enfriar y agregar las frutas en cubos.
4. Servir.



## Arroz San Pedro en leche con pasas rubias

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de leche entera Doña Blanca
- ½ taza de azúcar
- 1 raja de canela
- 2 cucharadas de canela en polvo
- ¼ de taza de pasas rubias (puede sustituirse con pasas negras dependiendo de la disponibilidad)

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, colocar el **Arroz San Pedro**, la canela en raja y la Leche Entera Doña Blanca.
2. Comenzar a cocinar a fuego medio hasta que se vea blanco el arroz, luego agregar el azúcar y combinar para que se disuelva.
3. Hervir suavemente durante 5 minutos con las pasas rubias.
4. Dejar enfriar. Después trasladarlo a pequeños recipientes hondos y espolvorear con canela en polvo.
5. Servir



## Arroz San Pedro en leche morena

### • INGREDIENTES

- ½ taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de Leche Entera Doña Blanca
- 1 taza de leche evaporada
- 1 taza de agua
- 2 rajas de canela
- 2 clavitos de olor
- ½ cucharadita de vainilla
- 1 taza de dulce de panela rallado
- ½ taza de pasas negras
- 1 pizca de Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande poner: la Leche Entera Doña Blanca, el agua, los clavos de olor, la canela, el **Arroz Blanco San Pedro** y la pizca de Sal Doña Blanca.
2. Llevar a ebullición, bajar el fuego al mínimo y cocinar por 18 minutos.
3. Ahora, agregar la leche evaporada, la panela y las pasas.
4. Cocinar por unos minutos más hasta que la panela se incorpore bien.
5. Terminar sacando las rajas de canela, los clavos de olor y agregar la vainilla y listo.
6. Servir.



## Brownies de Arroz San Pedro con nueces y chocolate

### • INGREDIENTES

- $\frac{3}{4}$  taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de Leche Entera Doña Blanca
- 1 pizca de Sal Doña Blanca
- $\frac{1}{2}$  cucharada de vainilla
- 2 yemas de huevo
- $\frac{1}{2}$  cucharada de canela en polvo
- Ralladura de  $\frac{1}{2}$  limón
- $\frac{1}{4}$  taza de cacao en polvo
- $\frac{1}{2}$  taza de azúcar
- $\frac{1}{4}$  taza de nueces o maní
- 1 cucharada de ron
- 1 cucharada de mantequilla
- 1 cucharada de harina todo uso Harimasa
- Azúcar glas para espolvorear

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla, colocar el **Arroz Blanco San Pedro**, la Leche Doña Blanca y la pizca de Sal Doña Blanca.
2. Cocinar a fuego medio y mover de vez en cuando.
3. Cuando esté esponjoso, cremoso y toda la leche esté consumida, sacar del fuego y comenzar a agregar: el azúcar, el extracto de vainilla, la ralladura de limón y la canela.
4. Mezclar bien y dejarlo enfriar. Precalear el horno a 350°F. Ahora, agregar las yemas de huevo, el cacao en polvo, las nueces troceadas y el ron.
5. Vuelve a mezclar.
6. Untar un recipiente tipo pyrex con mantequilla y harina.
7. Trasladar la mezcla; meterlo al horno 40 minutos, dejar enfriar y listo.
8. Servir.



## Tortas de Arroz San Pedro con queso

### • INGREDIENTES

- 3 tazas de **Arroz Blanco San Pedro** (previamente cocinado)
- 2 huevos batidos
- 2/3 taza de queso mozzarella rallado
- 3 cucharadas de queso parmesano rallado
- 3 cucharadas de harina todo uso Harimasa
- 1/2 taza de Leche Entera Doña Blanca
- 1 cucharada de azúcar blanca
- Aceite de canola o de maíz
- Azúcar glass para espolvorear las tortitas

### • PROCEDIMIENTO

1. Mezclar bien todos los ingredientes en un recipiente hondo y combinar.
2. Ahora, en una sartén, calentar el aceite.
3. Con la ayuda de un cucharón, sacar por porción la mezcla (esto ayudará que las tortas tengan el mismo tamaño), y freír las tortitas hasta que estén doradas de ambos lados.
4. Servir y espolvorear con el azúcar glass.



ARROZ  
**SAN  
PEDRO.**

## Arroz San Pedro con semillas de almendras, ajonjolí y pasas rubias

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de caldo de vegetales
- Sal Doña Blanca

#### Las semillas

- ½ taza de almendras enteras o quebradas
- ¼ taza de semilla de ajonjolí
- ¼ taza de pasas rubias (si no encuentra pasas rubias pueden ser negras)
- 1 cucharada de aceite de oliva clásico

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, poner el caldo de vegetales, el **Arroz Blanco San Pedro** y la Sal Doña Blanca.
2. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar por 18 minutos.
3. Mientras tanto, en una sartén, calentar el aceite de oliva para dorar las semillas de almendras con el ajonjolí. Reservar.
4. Al final, mezclar las semillas y las pasas rubias con el arroz blanco.
5. Servir.



## Arroz San Pedro con cilantro

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro (o arroz blanco)**
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- ¼ cebolla blanca
- Sal Doña Blanca

#### **Para la mezcla**

- 2 dientes de ajo
- 2 ramitas de cilantro
- 2 tazas de caldo de vegetales

### • PROCEDIMIENTO

1. Meter en una licuadora el cilantro, el ajo, la cebolla y el caldo de pollo. Reservar.
2. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva y freír el **Arroz Precocido San Pedro**.
3. Agregar la mezcla del caldo de verduras, la sal, el ajo y el cilantro.
4. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos más.
5. Servir.



## Arroz San Pedro con frijoles y champiñones

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 taza de caldo de verduras
- 2 tazas de Frijoles Don Frijol sancochados
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- ¼ cebolla blanca finamente picada
- 10 champiñones
- 2 dientes de ajo finamente picados
- Sal Doña Blanca.

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén, calentar el aceite de oliva, donde se procederá a freír el ajo, los champiñones y la cebolla. Reservar
2. En una olla mediana, calentar aceite de oliva y freír el **Arroz Precocido San Pedro**.
3. Ahora es de agregar el caldo de verduras y la Sal Doña Blanca.
4. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos más.
5. Al final, combinar la mezcla de los champiñones y los frijoles sancochados.
6. Servir.



## Arroz San Pedro con guisantes y granos de elote

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro (o arroz blanco)**
- 2 tazas de caldo de vegetales
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 taza de guisantes de lata drenados (escurridos)
- 1 taza de granos de elote en lata drenados (escurridos)
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva y freír el **Arroz Precocido San Pedro**.
2. Agregar el caldo de verduras y la Sal Doña Blanca. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos más.
3. Combinar el arroz caliente con los guisantes y los granos de elote.
4. Servir.





## Arroz San Pedro con lentejas

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de verduras
- 1 ¼ taza de lentejas (crudas)
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- ¼ cebolla blanca finamente picada
- 2 dientes de ajo
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. Sancochar las lentejas en suficiente agua con Sal Doña Blanca por lo menos 40 o 50 minutos. Si se realiza en olla de presión, será un aproximado 15 minutos.
2. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva y friamos la cebolla, el ajo y luego el **Arroz Precocido San Pedro**.
3. Agregar el caldo de verduras.
4. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos más.
5. Mezclar el **Arroz San Pedro** caliente con las lentejas.
6. Servir.



## Arroz San Pedro con albóndigas y salsa barbacoa a la americana

### • INGREDIENTES

#### Para el arroz:

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de agua
- ½ cucharadita de Sal Doña Blanca

#### Para las albóndigas:

- ½ taza de salsa barbacoa
- 1 libra de carne molida de res
- 2 huevos
- ¼ cebolla finamente picada
- 1 diente de ajo picado
- 2 ramitas de cilantro picado
- ¼ taza de pan rallado
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana poner el agua, el **Arroz Blanco San Pedro** y la Sal Doña Blanca.
2. Tapar y llevar a ebullición, luego bajar el fuego al mínimo, cocinar por 18 minutos.
3. Mover el Arroz Blanco San Pedro suavemente, tapar y dejar reposar 10 minutos más.
4. Mientras tanto, en un recipiente hondo combinar: la carne molida, los huevos, el pan rallado, la salsa barbacoa, la cebolla picada, el ajo y el cilantro. Salpimentar.
5. Ahora hacer bolas con la carne.
6. Calentar una sartén con suficiente aceite y freír las albóndigas.
7. Para servir, colocar en un tazón el **Arroz Blanco San Pedro** y sobre este, las albóndigas y servir.



## Arroz San Pedro con almendras

### • INGREDIENTES

#### Para el arroz:

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 taza de caldo pollo
- 2 cucharadas de aceite de oliva clásico
- ¼ de cebolla picada
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 1 chile verde pequeño picado en cubos
- 1/2 taza de pasas negras
- Sal Doña Blanca y pimienta

#### Para las almendras:

- 2/3 tazas de almendras rodajeadas
- 1 cucharada de mantequilla
- Granitos de Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva y freír el **Arroz Blanco San Pedro**.
2. Agregar el caldo de pollo y la Sal Doña Blanca, tapar, llevar a ebullición, bajar el fuego al mínimo y cocinar 18 minutos y reservar.
3. En una sartén, dorar las almendras con la mantequilla y agregar granitos de Sal Doña Blanca. Reservar.
4. En otra sartén, calentar el aceite de oliva donde se freirá la cebolla, el ajo, la pimienta, el chile verde y las pasas.
5. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** previamente preparado y freír junto con todos los ingredientes, por último, añadir las almendras fileteadas.
6. Servir.



## Arroz San Pedro amarillo con chorizo español

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- ½ cucharadita de cúrcuma
- 2 chorizos españoles en rodajas
- 1 cucharada de aceite de oliva clásico
- Sal Doña Blanca (opcional)

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar un poquito de aceite de oliva; freír los chorizos españoles rodajeados y por último añadir el **Arroz Precocido San Pedro** y la cúrcuma.
2. Incorporar el caldo de pollo a la preparación. Tapar; llevar a ebullición: bajar el fuego al mínimo y cocinar por 18 minutos.
3. Servir.

**No requiere sal por el chorizo, pero queda al gusto del comensal.**



ARROZ  
**SAN PEDRO**

## Arroz San Pedro con garbanzos y chile ciruela a la mexicana

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- 1 chile ciruela grande y seco
- 1 taza de garbanzos en lata escurridos
- 2 dientes de ajo bien picados
- ¼ cebolla picada
- Aceite de oliva clásico
- Sal Doña Blanca.

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén sin aceite, tostar el chile ciruela y luego, licuarlo con el caldo de pollo, reservar.
2. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva, freír el ajo, la cebolla y el **Arroz Precocido San Pedro**.
3. Ahora agregar la mezcla del caldo de pollo y chile ciruela.
4. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos más.
5. Para terminar, se deberá mezclar el arroz caliente con los garbanzos.
6. Servir.



## Arroz San Pedro estilo chino tipo Young Chow

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro** (previamente cocinado)
- 8 camarones pequeños crudos y pelados
- 4 onzas de jamón ahumado cortado en cubos pequeños
- ½ taza de guisantes de lata escurridos
- 1 huevo grande
- ½ cebolla blanca picada
- 2 cebollines cortados en diagonal
- Salsa de soya china
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

El **Arroz San Pedro** tiene que estar frío. Comenzar la receta friendo en una misma sartén todos los ingredientes. Se especificará como se cocinará cada grupo.

1. En una sartén o preferible en un wok chino, calentar un poco de Aceite Santa Fe y freír los cubos de jamón y los camarones, reservar.
2. Luego en la misma sartén o wok, freír los guisantes y reservar.
3. En el mismo wok, preparar el huevo tipo revuelto y reservar.
4. Limpiar la sartén o wok con un trapo.
5. Ahora a fuego muy alto, calentar el sartén o wok y poner cucharadas de Aceite Santa Fe; freír la cebolla y el **Arroz Blanco San Pedro** (previamente cocido). Sin dejar de mover, tendrán que incorporarse todos los ingredientes preparados hasta que el arroz esté frito (solamente el cebollín se pondrá casi a la hora de servir); agregar un chorrito de soya y si fuera necesario Sal Doña Blanca.
6. Servir.



## Arroz San Pedro con chacalines (camarones secos)

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo o de res
- 8 camarones secos con cabeza (chacalines)
- ½ chile verde (morrón)
- ¼ cebolla morada picada
- 1 tomate de cocina picado
- Aceite de canola o de maíz
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar el aceite.
2. Freír primero la cebolla, el chile verde y el tomate, luego agregar el **Arroz Blanco San Pedro**.
3. Colocar el caldo y los chacalines enteros sin pelar.
4. Agregar una pizca de Sal Doña Blanca, tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos.
5. Servir.



## Arroz San Pedro con chicharrones, garbanzos y curry

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- 4 onzas de chicharrones cortados en cubos pequeños
- 2 dientes de ajo
- 1/2 taza de garbanzos de lata escurridos
- 1 cucharada de curry en salsa
- ½ cucharada de aceite de oliva
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana: calentar el aceite de oliva; freír los chicharrones para que suelten un poco de grasa, luego agregar los ajos y el **Arroz Precocido San Pedro**.
2. Agregar el caldo de pollo, la salsa de curry y Sal Doña Blanca (de ser necesario).
3. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo y cocinar 18 minutos.
4. Al final, añadir los garbanzos para combinar con el Arroz San Pedro caliente.
5. Servir.





## Arroz San Pedro con chorizo

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- 6 chorizos de Cojutepeque
- ½ cebolla picada
- ½ cucharadita de cúrcuma
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada aceite de oliva clásico
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva, freír el **Arroz Precocido San Pedro** con el ajo, agregar la cúrcuma y combinar.
2. Ahora agregar el caldo de pollo y llevarlo a ebullición. Luego, bajar el fuego y cocinar durante 18 minutos.
3. En una sartén aparte, calentar un poquito de aceite de oliva y freír los chorizos.
4. Servir el **Arroz San Pedro** en un tazón grande y poner los chorizos sobre este.
5. Servir.



## Arroz San Pedro con ejotes y verduras

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- 8 vainas de ejotes cortados
- 1 chile pequeño verde picado en cubos (morrón)
- ¼ cebolla morada cortada en cubos
- ½ zanahoria cortada en cubos
- 1 tomate de cocina cortado en cubos
- 3 cucharadas de aceite de canola o de maíz
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva y freír todos los ingredientes y por último agregar el **Arroz Blanco San Pedro**.
2. Verter el caldo de pollo y añadir un poco de Sal Doña Blanca.
3. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos más.
4. Servir.



## Arroz San Pedro con loroco

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de pollo
- 1 ½ taza de loroco fresco
- ¼ de cebolla picada

### • PROCEDIMIENTO

1. Picar el loroco.
2. En una olla mediana, calentar el aceite de oliva y freír la cebolla y el loroco.
3. Luego se pasa a freír el **Arroz Precocido San Pedro** y agregar el caldo de pollo.
4. Tapar, llevar a ebullición y luego bajar el fuego al mínimo para cocinar 18 minutos más.
5. Servir.

“Mi secreto para una perfecta cocción de arroz está en el sofrito. Tómame el tiempo necesario para realizar este paso”



Docente y jurado en importantes eventos gastronómicos.



Participó en Top Chef.



## Karina Pérez



### “Apasionada por los detalles”

Es una apasionada del arte de la gastronomía, una mujer profesional e independiente. Le gusta la perfección y por ende los detalles. Cuenta con 8 años de experiencia en su rama y ejerce principalmente la pastelería y por qué no, también le gusta ser bartender.

Las marcas la prefieren porque les ayuda a crear nuevos conceptos. Nos demuestra que cuando algo te apasiona, lo disfrutas. Pero queremos conocer más de Karina así que le preguntamos:

#### **¿Quién es el responsable de que te guste la cocina?**

Mi mamá y mis dos abuelas. Me enseñaron que cocinar es una perfecta forma de expresar el cariño.

#### **¿A quién admiras en la rama culinaria y por qué?**

Anthony Bourdain. Nos demostró que la cocina nos conecta con cualquier persona en el mundo.

## Arroz San Pedro capeado con hongos y pollo

\*Receta ideal para Navidad

### • INGREDIENTES

- 3 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 3 tazas de fondo de pollo
- 3 tazas de agua
- 2 tazas de hongos frescos cortado en rebanadas
- 1 cebolla picada
- 1 diente de ajo pelado y entero
- 1 trocito de chile verde
- 2 cucharadas de perejil picado
- 1 taza de queso parmesano rallado
- 2 tazas de mozzarella rallado
- 1 taza de crema
- 2 tazas de pechuga de pollo cocido y deshilado
- ½ taza de vino blanco
- Aceite Santa Fe
- Aceite de oliva
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

#### Para el arroz:

1. En una olla grande con Aceite vegetal Santa Fe, sofreír la mitad de la cebolla previamente cortada.
2. También, incluir el ajo, el chile verde y dejar cocinar a fuego medio por unos segundos.
3. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
4. Añadir el agua, el fondo de pollo con una cucharadita de Sal Doña Blanca; subir a fuego alto. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapa. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
5. En una sartén con aceite de oliva y a fuego medio, cocinar los hongos rebanados y cuando ya estén suaves, agregar la otra mitad de la cebolla cortada finamente y cocinar por unos segundos.
6. Añadir el vino blanco y dejar cocinar por unos minutos para que el alcohol del vino se evapore.
7. Incorporar la pechuga de pollo deshilada y cocinar por 2 minutos para que todos los sabores se combinen.
8. Corregir el punto de Sal Doña Blanca y pimienta.
9. Aromatizar con un poco de perejil picado y reservar la cocción.

#### Para el capeado:

En una bandeja mediana para horno, colocar un poco de crema y luego capear de la siguiente manera:

1. Colocar primero una capa de Arroz Blanco San Pedro, luego un poco de parmesano y mozzarella, el pollo con hongos y un poco más de crema y luego cubrir con más mozzarella.
2. Repetir una vez más el capeado en ese orden. Tapar con aluminio el molde y llevar al horno a 350°F por 20 minutos. Luego retirar el aluminio y dejar que el queso mozzarella se gratine.
3. Sacar del horno y decorar con perejil fresco picado.
4. Servir.



## Arroz San Pedro con espárragos y crema de aguacate

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 tazas de agua
- ½ barra de mantequilla
- 1 manojo de espárragos frescos cortados en trozos
- 1 chile amarillo cortado en trozos pequeños
- ½ zanahoria mediana cortada en trozos pequeños
- 1 taza de arvejas chinas cortadas en tiras delgadas
- ½ cebolla morada picada
- 2 cucharadas de aceite de ajonjolí
- Chile en hojuelas
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

#### Para la crema de aguacate:

- 2 aguacates maduros
- ½ manojo de cebollín
- ½ manojo de cilantro (solo las hojas)
- ½ taza de vinagre
- ½ taza de crema de leche

### • PROCEDIMIENTO

#### Procedimiento para el arroz

1. En una olla mediana con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír por un minuto el **Arroz Precocido San Pedro**, agregar el agua, subir a fuego alto y cuando rompa hervor tapar la olla y cocinar a fuego bajo por 20 minutos.
2. Agregar Sal Doña Blanca y pimienta al gusto. Reservar.
3. En una sartén con Aceite Santa Fe y mantequilla, cocinar a fuego medio la cebolla morada, luego agregar la zanahoria, el chile amarillo, los espárragos frescos ya cortados y por último las arvejas; cuidado que todos los vegetales queden al dente.
4. Mezclar bien todos los vegetales y aromatizar con aceite de ajonjolí y el chile en hojuelas al gusto.
5. Mezclar los vegetales con el **Arroz San Pedro**.
6. Corregir punto con Sal Doña Blanca y pimienta (solo si es necesario).

#### Procedimiento de crema de aguacate para el arroz:

1. En la licuadora mezclar los aguacates maduros, el cebollín, las hojas de cilantro, la crema de leche y el vinagre. El vinagre ayudará para evitar que la crema se oxide y preserve un color verde claro.
2. Agregar Sal Doña Blanca y pimienta al gusto.
3. Servir el **Arroz San Pedro** con espárragos, en el cuál se le colocará un poco de crema de aguacate encima o debajo de este como decoración. También se debe colocar las hojitas de cilantro fresco.

**Nota: es ideal para platillos con pollo y también con camarones salteados al ajillo.**



ARROZ  
**SAN  
PEDRO**®

## Ensalada de Arroz San Pedro con tocino y queso manchego

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro (o arroz blanco)**
- 4 tazas de agua
- 1 taza de tocino cortado en trozos pequeños y previamente cocinado
- 1 taza de jamón cortado en cubos pequeños
- ½ taza de queso manchego rallado
- ½ cebolla picada
- Perejil picado
- 1 pimiento rojo cortado en trozos pequeños
- 2 cucharadas de vinagre de arroz
- Aceite de oliva
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír por un minuto el **Arroz Precocido San Pedro**, agregar el agua y una cucharadita de Sal Doña Blanca, subir a fuego alto y cuando rompa hervor, tapar la olla y cocinar a fuego bajo por 20 minutos.
2. Dejar enfriar y reservar.
3. Sofreír el tocino, dorar el jamón y reservar.
4. Sofreír en aceite de oliva el pimiento rojo y la cebolla por separado.
5. En un recipiente hondo agregar el **Arroz San Pedro** y humedecer sutilmente con vinagre de arroz.
6. Agregar el jamón, el tocino, el queso manchego rallado, la cebolla y el pimiento.
7. Remover bien todos los ingredientes.
8. Equilibrar con Sal Doña Blanca y pimienta al gusto.



## Arroz San Pedro verde con aros de calamar

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 mazo de espinaca
- 3 ramas de albahaca fresca (solo las hojas)
- 1 hoja de alcapate
- 2 tazas de agua
- 2 tazas de aros de calamar
- 1 diente de ajo picado
- 1 cucharada de perejil picado
- ½ chile rojo cortado en trozos pequeños
- ½ de cebolla mediana picada
- ½ barra de mantequilla
- 1 lata de maíz dulce
- Aceite de oliva
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Primero licuar las hojas de espinaca, las hojas de albahaca y el alcapate con las dos tazas de agua. Reservar esta mezcla.
2. En una olla, sofreír el **Arroz Precocido San Pedro** y luego agregar la mezcla licuada junto con una cucharadita de Sal Doña Blanca.
3. Llevar a punto de hervor a fuego alto y luego bajar el fuego, tapar la olla y cocinar por 12 a 15 minutos.
4. El Arroz San Pedro quedará cocido con un color verde y con aroma a hierbas. Reservar.
5. En una olla derretir media barra de mantequilla y saltear la cebolla, luego el chile rojo y por último el maíz dulce.
6. Reservar el sofrito.
7. En una sartén con aceite de oliva y a fuego alto, sofreír los aros de calamar hasta que estén suaves y levemente dorados.
8. Bajar el fuego y agregar el diente de ajo picado, agregar Sal Doña Blanca, pimienta y aromatizar con perejil fresco picado.
9. Mezclar el **Arroz San Pedro**, el sofrito y los calamares.



## Arroz San Pedro con pollo y hierbas

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de fondo de vegetales
- 1/3 de cebolla cortado finamente
- 1 diente de ajo entero y pelado
- 1 trocito de chile verde
- 1 pechuga grande deshuesada y cortada en cubos medianos
- ½ chile amarillo cortado finamente
- ½ zanahoria cortado finamente
- ½ barra de mantequilla
- 6 hojas de albahaca cortada en tiras
- 1 rama de tomillo fresco (solo las hojitas)
- 6 hojas de hierbabuena cortada en tiras
- Aceite de oliva
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír la mitad de la cebolla previamente cortada, el ajo y el chile verde y dejar cocinar a fuego medio bajo por unos segundos.
2. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
3. Añadir el agua, el fondo de vegetales y una cucharadita de Sal Doña Blanca; subir a fuego alto.
4. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo medio y cubrir la olla con una tapa.
5. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
6. En una sartén, cocinar con aceite de oliva los cubos de pollo, agregar Sal Doña Blanca y pimienta al gusto.
7. También, en una sartén saltear el chile rojo, verde y amarillo, y por último la zanahoria.
8. Mezclar el arroz con el sofrito y el pollo; aromatizar con la albahaca, la hierbabuena y el tomillo fresco.
9. Corregir punto con Sal Doña Blanca y pimienta.
10. Servir.



## Arroz San Pedro con licor de coco

(Receta dulce-salado)

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 1/3 de cebolla blanca picada
- ½ chile rojo cortado en trozos medianos
- ½ chile verde cortado en trozos medianos
- ½ chile amarillo cortado en trozos medianos
- ½ zanahoria cortada en cubos pequeños
- 3 onzas de licor de coco
- ½ barra de mantequilla
- Aceite de oliva
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír por un minuto el **Arroz Precocido San Pedro**, agregar el agua y una cucharadita de sal y subir a fuego alto y cuando rompa hervor, tapar la olla y cocinar a fuego bajo medio por 20 minutos. Reservar.
2. En otra olla mediana, derretir la mantequilla y un poco de aceite de oliva; añadir la cebolla. Cuando ya está transparente, incorporar los 3 chiles ya cortados y por último la zanahoria.
3. Agregar el licor coco y flamear.
4. Agregar solo un poco de Sal Doña Blanca para equilibrar el sabor y pimienta al gusto.
5. Incorporamos el **Arroz San Pedro** con los vegetales.

**Nota:** la receta conservará el sabor dulce del licor de coco. Además será ideal para acompañar platillos con carnes blancas como pollo y cerdo.

## Arroz San Pedro en leche de almendra a la naranja

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 1 taza de agua
- 3 tazas de leche de almendra
- 1 taza de azúcar blanca
- 1 onza de licor de almendra
- 1 cucharada de vainilla blanca
- 1 pizca de nuez moscada
- 1 anís estrellado (dependiendo de la disponibilidad puede sustituir por canela en rajas)
- Ralladura de una naranja

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana cocinar el **Arroz Blanco San Pedro** con el agua, la leche de almendra, el azúcar y la vainilla blanca durante 10 minutos a fuego alto.
2. Luego, agregar el anís estrellado, una pizca de nuez moscada y el licor de almendra. Cocinar por 10 minutos más a fuego bajo medio.
3. Por último, aromatizar con la ralladura de naranja.



## Arroz San Pedro con Baileys, pasas y almendras

(Receta dulce-salado para Navidad)

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 1/4 cebolla blanca cortada finamente
- 1 pimiento verde cortado finamente
- 1 pimiento rojo cortado finamente
- 1 taza de pasas
- ½ taza de almendras rebanadas
- 3 onzas de Baileys (Crema Irlandesa)
- ½ barra de mantequilla
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír por un minuto el **Arroz Precocido San Pedro**, agregar el agua y una cucharadita de Sal Doña Blanca. Subir a fuego alto y cuando rompa hervor, tapar la olla y cocinar a fuego bajo medio por 20 minutos. Reservar.
2. Saltear los pimientos y la cebolla con un ¼ de barra de mantequilla y una pizca de Sal Doña Blanca, reservar.
3. En una sartén mediana, derretir ¼ barra de mantequilla y agregar las almendras y saltearlas por unos segundos, agregar las pasas y cocinar por unos segundos.
4. Incorporar el licor y remover por unos segundos. Reservar.
5. Mezclar el **Arroz San Pedro** con todos los ingredientes.
6. Corregir punto con Sal Doña Blanca y pimienta si es necesario, solo para equilibrar la dulzura de las pasas y el licor.

**Nota:** es una receta de arroz con el sutil sabor dulce del Baileys y las pasas.



## Arroz San Pedro con plátano y cerdo con reducción de balsámico

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 1/3 de cebolla blanca picada
- ½ chile rojo cortado en trozos medianos
- 1 taza de ejotes cortados
- 2 plátanos maduros y cortados en cubos grandes
- ½ barra de mantequilla
- 1 tazas de posta de cerdo cortado en cubos grandes
- ¼ taza de jugo de naranja
- ½ taza de vinagre balsámico
- 1/3 taza de azúcar blanca
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla mediana con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír por un minuto el **Arroz Precocido San Pedro**. Agregar el agua y una cucharadita de Sal Doña Blanca. Subir a fuego alto y cuando rompa hervor, tapar la olla y cocinar a fuego bajo medio por 20 minutos. Reservar.
2. En una sartén con Aceite Vegetal Santa Fe y a fuego alto, cocinar la posta de cerdo con un poco de Sal Doña Blanca y pimienta.
3. Cuando el cerdo ya esté dorado, agregar el jugo de naranja y cocinar por 2 minutos
4. Añadir el balsámico, el azúcar y un chorrito de agua. Cocinar a fuego bajo hasta caramelizar. Agregar un poco de Sal Doña Blanca y pimienta solo para equilibrar la dulzura.
5. Freír los plátanos en Aceite Vegetal Santa Fe y agregar la mantequilla, cocinar a fuego bajo por 2 minutos.
6. Saltear los ejotes.
7. Mezclar el **Arroz San Pedro** previamente cocinado con todos los ingredientes. Servir.

**Nota: es un platillo de arroz con el sabor dulce del plátano y la reducción de balsámico con naranja.**



## Bolitas de arroz San Pedro con panko y salsa de chocolate

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 5 tazas de agua
- ½ taza de azúcar blanca
- Aceite Santa Fe
- 1 taza de nueces
- ½ taza de pasas
- 1 taza de panko (puede sustituirse por otro polvo de pan)
- 1 pizca de canela
- 1 huevo
- Salsa de chocolate
- Fresas

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Blanco San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua y ¼ taza de azúcar y cocinar a fuego alto. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo medio y cubrir la olla con una tapa.
3. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará cocido. Cuando todavía está caliente, agregar el resto de azúcar y mezclar muy bien.
4. Dejarlo enfriar e incorporar las nueces y las pasas.
5. Hacer bolitas pequeñas de **Arroz Blanco San Pedro** y refrigerarlas por 30 minutos.
6. Cubrir con huevo las bolitas de **Arroz Blanco San Pedro** y luego empanizarlas en el panko con canela y freírlas en Aceite Vegetal Santa Fe.
7. Servirlas con salsa de chocolate y fresas cortadas.



ARROZ  
**SAN  
PEDRO**

## Arroz Precocido San Pedro con aceitunas y tomates deshidratados

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 2 hojas de laurel
- 1 cebolla amarilla picada
- ½ taza de tomates deshidratados picados
- ½ taza de zanahoria cortada en cubitos pequeños
- 1 taza de aceitunas negras en rebanadas
- Albahaca deshidratada
- Ajo molido
- Perejil picado
- Aceite de oliva
- Aceite Santa Fe
- Arúgula o Rúcula
- Sal Coquito y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén con Aceite vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Precocido San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua, las hojitas de laurel y una cucharadita de Sal Coquito; subir a fuego alto.
3. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la sartén con una tapa.
4. Luego de 20 minutos, el **Arroz San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
5. En una sartén con aceite de oliva sofreír, la cebolla cortada; luego agregar los tomates deshidratados, la zanahoria y por último, las aceitunas y el ajo molido y cocinar por unos segundos más a fuego bajo.
6. Mezclar el arroz con el sofrito de vegetales y añadir la albahaca. Corregir el punto de Sal Coquito y agregar el perejil picado y la arúgula o rúcula para darle frescura al platillo.



## Arroz San Pedro con berenjenas y tomates cherry asados

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 1 taza de tomates cherry
- 1 berenjena cortada en barritas
- 1 taza de elotes baby en vinagre
- 1 taza de ejotes cortados en trozos medianos
- 2 cucharadas de vinagre balsámico
- 1 ajo picado
- Paprika
- Aceite de oliva
- Aceite Santa Fe
- Cilantro fresco picado
- Sal Coquito y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Precocido San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua y una cucharadita de Sal Coquito; subir a fuego alto.
3. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo medio y cubrir la sartén con una tapa.
4. Luego de 20 minutos, el **Arroz San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
5. En una bandeja de horno colocar la berenjena cortada, los ejotes y los tomates cherry. Estos deberán rociarse con la mezcla de: aceite de oliva, ajo picado, paprika, vinagre balsámico, un poco de sal y pimienta. Hornear a 350° F por 20 minutos.
6. Mezclar el **Arroz San Pedro** con los vegetales asados y agregar los elotes baby. Corregir el punto de Sal Coquito y agregar cilantro fresco para decorar y aromatizar.
7. Servir.





## Arroz San Pedro con nueces, coliflor y eneldo

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 2 ramitas de eneldo fresco
- 1 cucharadita de jengibre fresco rallado
- 1 coliflor cortada en trozos pequeños
- 1 taza de nueces
- 1 pimiento cortado en julianas
- Ajonjolí negro
- Aceite de oliva
- Aceite Santa Fe
- Sal Coquito y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Blanco San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua, una de las ramitas de eneldo fresco y una cucharadita de sal; subir a fuego alto.
3. Cuando rompa hervor, colocarse a fuego bajo y cubrir la sartén con una tapa.
4. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido.
5. Retirar la ramita de eneldo y reservar el arroz cocido.
6. En una sartén mediana con aceite de oliva, saltear la coliflor cortada. Luego agregar el pimiento rojo, las nueces y por último el jengibre; mezclar bien y añadir sal y pimienta al gusto.
7. En un recipiente hondo grande, mezclar: el **Arroz Blanco San Pedro** cocido, el salteado de vegetales con nueces y agregar el eneldo deshojado y el ajonjolí negro.
8. Servir.

**Nota:** este platillo se puede servir frío y acompañar con vegetales asados.



## Arroz San Pedro caldoso con champiñones y brócoli

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 ½ tazas de agua
- 2 tomates escalfados y pelados (también se pueden utilizar tomates de lata)
- 2 cucharaditas de paprika
- ½ cucharadita de comino
- 5 hojas de albahaca fresca
- ½ cebolla blanca picada
- 2 dientes de ajo picados
- 2 tazas de champiñones enteros
- 1 brócoli cortado en trozos pequeños
- Aceite de oliva
- Sal Coquito y pimienta
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. Licuar los tomates con el agua, las hojas de albahaca, paprika y comino. Reservar.
2. En una olla con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Precocido San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
3. Añadir el licuado de los tomates y una cucharadita de sal; subir a fuego alto.
4. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapa.
5. Luego de 20 minutos, el **Arroz San Pedro** estará cocido y con una consistencia caldosa. Apagar el fuego y reservar.
6. En una sartén, saltear con aceite de oliva la cebolla cortada, los ajos picados y por último los champiñones enteros; salpimentar al gusto. Agregarlos al **Arroz San Pedro** y mezclar.
7. En la misma sartén saltear los trozos de brócoli, agregar un poco de Sal Coquito y pimienta y luego colocarlos sobre el arroz sin mezclar, para que no se cocine de más el brócoli. El platillo de **Arroz San Pedro** quedará con textura jugosa.
8. Servir.



## Arroz San Pedro con zucchini y semillas de marañón

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 2 dientes de ajo, enteros y pelados
- 1 cucharadita de cúrcuma
- 3 zucchinis cortados en cubos grandes
- 1 taza semillas de marañón
- 1 puerro cortado en rodajas
- 1 lata de petit pois (chícharos)
- 2 tazas de retoño de soya
- 2 cucharadas de salsa de soya
- 1 cucharada de aceite de ajonjolí
- Ajonjolí blanco y negro
- Chile en hojuelas
- Aceite de oliva
- Sal Coquito y pimienta
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír los dientes de ajo y luego sofreír el **Arroz Blanco San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua y 1 una cucharadita de sal; subir a fuego alto.
3. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapa.
4. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
5. En una sartén con aceite de oliva, saltear los zucchinis y las semillas de marañón. Salpimentar y agregarlos a la olla con arroz.
6. En la misma sartén, saltear el puerro y los chícharos y añadirlos a la olla con arroz.
7. Agregar a la mezcla de **Arroz Blanco San Pedro** y vegetales: el retoño de soya, la salsa de soya y el aceite de ajonjolí. Mezclar muy bien todos los ingredientes.
8. Para servir, colocarlo en una bandeja grande y decorar con las hojuelas de chile y la mezcla de ajonjolí blanco y negro.



## Arroz Cantonés San Pedro

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 1 taza de posta de cerdo cortada en cubos pequeños
- 1 taza de camaroncillos pelados y limpios
- 2 pechugas de pollo deshuesadas cortadas en cubos pequeños
- 1 cebolla blanca picada
- 1 puerro cortado en rodajas
- 1 diente de ajo entero
- 1 chile rojo cortado en trozos pequeños
- 1 chile verde cortado en trozos pequeños
- 2 tazas de arveja china cortadas en tiras finas
- 2 tazas de retoño de soya
- ¼ taza de salsa de soya
- Aceite de ajonjolí
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír con un poco de cebolla, el ajo y un poco de chile verde y dejarlos cocinar a fuego medio bajo por unos segundos.
2. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
3. Añadir el agua, el fondo de vegetales y una cucharadita de Sal Doña Blanca; subir a fuego alto.
4. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapa.
5. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
6. Saltear en Aceite Vegetal Santa Fe, con cada una de las carnes salpimentadas y cocinadas por separado y reservarlas.
7. En una sartén, saltear primero la cebolla, luego el puerro, los pimientos y por último agregar las arvejas.
8. Corregir con Sal Doña Blanca y pimienta.
9. En una olla grande, mezclar el **Arroz Blanco San Pedro** previamente cocinado con todos los ingredientes, agregar el aceite de ajonjolí y cocinar por unos minutos, removiendo constantemente. Retirar del fuego.
10. Agregar la salsa de soya y el retoño de soya. Mezclar muy bien todos los ingredientes.
11. Corregir punto con Sal Doña Blanca y pimienta si es necesario.



## Arroz San Pedro tailandés con salmón

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 2 filetes de salmón ahumado ya cocido
- 1 taza de coles de Bruselas cortadas por mitad
- 1 coliflor cortada en trozos medianos
- 2 cebollines cortados en rodajas
- 4 dientes de ajo, enteros y pelados
- 1 hoja de laurel
- Vinagre de Jerez
- Aceite de oliva
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír los dientes de ajo y machacarlos un poco, dejar cocinar a fuego medio por unos segundos.
2. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
3. Añadir el agua, la hoja de laurel y una cucharadita de Sal Doña Blanca; subir a fuego alto.
4. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo medio y cubrir la olla con una tapa.
5. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
6. En una sartén con aceite de oliva, saltear las coles de Bruselas y la coliflor. Por último, agregar los cebollines. Cocinar por unos segundos más.
7. Añadir el vinagre de Jerez y remover constantemente. Retirar del fuego.
8. Agregar Sal Doña Blanca y pimienta al gusto.
9. Mezclar el **Arroz Blanco San Pedro** con el salteado de vegetales.
10. Para servir, se puede hacer de dos maneras:  
Una porción de **Arroz Blanco San Pedro** y el filete de salmón ya cocinado; y también se puede trocear el salmón y mezclarlo con el arroz.



## Wantan de Arroz San Pedro con soya y camarón

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de agua
- 1/2 mazo de espinacas, solo las hojas cortadas finamente
- 1 cebollín cortado finamente
- 1 diente de ajo grande picado
- 1 cucharadita de jengibre fresco picado
- 1 taza de camaroncillos pelados y limpios
- 1 cucharada de ajonjolí
- 2 cucharadas de salsa de soya
- 1 cucharadita de cilantro picado
- 1 huevo
- Hojas de Wantán
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con aceite vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua y una cucharadita de Sal Doña Blanca; subir a fuego alto.
3. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo medio y cubrir la olla con una tapa.
4. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
5. Saltear en aceite de oliva en el siguiente orden: Los cebollines, el ajo, el camaroncillo, la espinaca, el jengibre. Bajar el fuego y agregar la salsa de soya. Luego añadir el ajonjolí. Apagar el fuego y agregar el cilantro. Salpimentar.
6. Mezclar el sofrito con el **Arroz Blanco San Pedro** previamente cocinado. Reservar la mezcla.
7. Para elaborar el wantán, en una hoja de wantán colocar una cucharadita de relleno al centro de la hoja. Luego doblar en diagonal.
8. Para unir, con una brocha humedecer la hoja con huevo crudo.
9. Cocinar en fritura profunda los wantán.

**Nota: los wantán se pueden acompañar con salsa china o con salsa agrdulce.**



## Arroz San Pedro al estilo hindú con coco rallado

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 1 taza de nueces troceadas
- 3 clavos de olor
- 1 cucharada de jengibre picado
- 1 chile verde picado
- 1 cucharada de cilantro picado
- Jugo de un limón
- 1 taza de coco rallado
- ¼ barra de mantequilla
- 1 cucharada de cúrcuma
- Aceite vegetal Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Blanco San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua, la cúrcuma y una cucharadita de Sal Doña Blanca; subir a fuego alto.
3. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo medio y cubrir la olla con una tapa.
4. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
5. En una sartén y a fuego bajo, agregar la mantequilla y un chorrito de Aceite Santa Fe y saltear las nueces con los clavos de olor.
6. Adicionar el jengibre y cocinar por un minuto.
7. Colocar el chile verde y dejar al dente. Apagar el fuego y reservar.
8. Mezclar el **Arroz Blanco San Pedro** con todos los ingredientes cocinados. Añadir el coco rallado y el cilantro y agregar al final el jugo de limón.
9. Remover bien. Solamente si es necesario, corregir con Sal Doña Blanca y pimienta.



## Arroz San Pedro a lo mexicano con chorizo y jalapeño

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 4 chorizos mexicanos
- 2 tomates cortados en cubos medianos
- 1 chile verde cortado finamente
- 1 chile jalapeño cortado finamente y sin semillas
- 1 cebolla morada cortada en trozos pequeños
- 1/4 taza de cilantro picado
- Jugo de 2 limones
- Tortillas de taco cortadas en tiras
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír el **Arroz Blanco San Pedro** por 3 minutos removiéndolo constantemente.
2. Añadir el agua y una cucharadita de Sal Doña Blanca; subir a fuego alto.
3. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapadera.
4. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
5. Cocinar los chorizos enteros y cuando ya estén cocinados, cortarlos en rodajas.
6. En una sartén saltear la cebolla, luego el chile verde y el jalapeño. Agregar los chorizos y aromatizar con el cilantro fresco.
7. Mezclar el **Arroz Blanco San Pedro** con el sofrito. Por último incorporar los tomates cortados y el jugo de limón. Agregar Sal Doña Blanca y pimienta al gusto.
8. Freír las tortillas de taco en Aceite Vegetal Santa Fe.
9. Para servir, acompañar el **Arroz San Pedro** a lo mexicano con las tortillas de taco fritas.



## Arroz San Pedro capeado con chipilín y quesillo

### • INGREDIENTES

- 3 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 6 tazas de agua
- 2 tazas de hojas de chipilín
- 1 cebolla picada
- 1 diente de ajo pelado y entero
- 1 trocito de chile verde
- 1 lata de elote amarillo
- 1 taza de queso duro rallado
- 2 tazas de quesillo rallado
- 1 taza de crema
- Aceite Santa Fe
- Sal Coquito y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír la mitad de la cebolla picada, el ajo y el chile verde y dejar cocinar a fuego medio bajo por unos segundos.
2. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
3. Añadir el agua y una cucharadita de Sal Coquito; subir a fuego alto.
4. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapa.
5. Luego de 20 minutos, el **Arroz Blanco San Pedro** estará perfectamente cocido.
6. Reservar.
7. En una sartén con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír la cebolla y luego saltear unos minutos el elote amarillo.
8. Corregir punto con Sal Coquito y pimienta.

#### **Para el capeado**

En una bandeja mediana para horno, colocar un poco de crema y luego capear de la siguiente manera:

1. Colocar primero una capa de **Arroz Blanco San Pedro**. Luego un poco de queso duro y quesillo; seguido de un poco de chipilín y elote amarillo; un poco más de crema y luego cubrir con más quesillo rallado.
2. Repetir una vez el capeado en ese orden.
3. Tapar el molde con papel aluminio.
4. Llevar al horno a 350°F por 20 minutos. Luego retirar el aluminio y dejar que el queso y el quesillo se gratinen.
5. Sacar del horno y decorar con unas rodajas de pimiento rojo y más elote amarillo.
6. Servir.



## Bolitas de Arroz San Pedro rellenas de chicharrón con salsa de loroco

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de agua
- 1 diente de ajo pelado y entero
- 1 trocito de chile verde
- 1 taza de chicharrón molido
- 1 taza de quesillo
- 1 huevo
- 1 taza de pan molido
- Aceite Santa Fe
- Sal Coquito y pimienta

#### Para la salsa de loroco:

- 1 cebolla picada
- 1 taza de loroco
- 1 taza de crema
- Aceite vegetal
- Sal y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla o sartén poner Aceite Vegetal Santa Fe, en la cual se sofreír la mitad de la cebolla previamente cortada, el ajo y el chile verde. Dejarse cocinando a fuego medio-bajo por unos segundos.
2. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
3. Añadir el agua y una cucharadita de Sal Coquito; subir a fuego alto.
4. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapa.
5. Luego de 20 minutos, el **Arroz San Pedro** estará perfectamente cocido. Reservar.
6. Hacer bolitas de arroz rellenas de una cucharada de chicharrón con quesillo.
7. Empanizar las bolitas: primero cubriéndolas con huevo y luego pan molido previamente sazonado con sal y pimienta.
8. Freír las bolitas en Aceite Vegetal Santa Fe.

#### Para hacer la salsa de loroco que acompañará a las bolitas de Arroz San Pedro:

1. Freír en Aceite Vegetal Santa Fe la cebolla picada y luego saltear por unos minutos el loroco.
2. Bajar el fuego y agregar la taza de crema. Mezclar por unos segundos.
3. Licuar la salsa y corregir punto de sal y pimienta al gusto.
4. Servir las bolitas de **Arroz San Pedro** con la salsa de loroco.



## Casamiento con sardina picante

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro** (previamente cocido)
- 2 tazas de Frijoles Rojos de Seda Don Frijol (previamente cocidos)
- 1 lata de sardina picante
- ¼ taza de cebolla picada
- ¼ de chile verde pequeño picado
- 1 tomate cortado en trozos pequeños
- Aceite Santa Fe

#### **Acompañamiento (curtido de rábano)**

- 4 rábanos picados
- ½ cebolla morada picada
- 4 chiles chiltepes machacados
- 1 cucharada de cilantro picado
- 1 limón
- Sal Coquito y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír la cebolla, el chile verde y el tomate. Cocinar por un minuto. Agregar los Frijoles rojos Don Frijol y cocinarlos por unos cuantos minutos. Incorporar un poco de caldo de frijoles si es necesario para que tomen mejor sabor.
2. Añadir el **Arroz Blanco San Pedro** previamente cocinado y mezclar muy bien.
3. Corregir el punto de Sal Coquito y pimienta del casamiento. Reservar.
4. Para elaborar el curtido de rábano, mezclar todos los ingredientes y dejar reposar en jugo de limón por 10 minutos.
5. Para servir, primero colocar una porción de casamiento, luego la sardina picante y servir un poco de curtido sobre la sardina.



## Sopa de pollo con Arroz San Pedro

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 entreciernas de pollo
- 4 tazas de agua
- 1 trozo de cebolla blanca
- 2 ajos enteros y sin pelar
- 1 trozo de chile verde
- 1 rama de apio
- 1 ramita de cilantro, de hierbabuena y perejil
- 3 papas peladas y cortadas en cubos
- 1 zanahoria pelada y cortada en cubos
- 1 güisquil cortado en cubos
- 6 pipianes pequeños
- Sal Coquito y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

Sin duda, las sopas son parte de nuestra dieta diaria con el sabor de hogar que caracterizan nuestros platillos. Y la sopa de pollo con arroz aguado queda deliciosa solo con **Arroz San Pedro**, y así podremos mantener la tradición de ese delicioso almuerzo que disfrutábamos cuando éramos pequeños.

#### **Para elaborar la sopa de pollo con arroz aguado:**

1. En una olla grande agregar las 2 entreciernas de pollo, el agua, la cebolla blanca, 2 ajos y el chile verde; y para aromatizar la sopa añadir también apio, cilantro, hierbabuena y perejil.
2. Añadir una cucharada de Sal Coquito y dejar hervir la sopa por 15 minutos a fuego medio-bajo.
3. Durante la cocción, retirar las impurezas que tendrá la sopa en el borde de la olla, así se tendrá un sabor más limpio.
4. Agregar 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**.
5. Luego agregar las papas y la zanahoria y dejar hervir por 5 minutos más.
6. Agregar el güisquil y los pipianes. Dejar hervir la sopa a fuego medio-bajo hasta que todos los ingredientes estén cocidos.  
Es opcional: adicionar hojas de chipilín o chufles.
7. Servir.

## Arroz San Pedro negrito con salpicón

### • INGREDIENTES

- 2 tazas de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de caldo de frijoles Don Frijol
- ½ cebolla blanca picada
- 1 diente de ajo pelado y entero
- 1 trocito de chile verde
- Aceite Santa Fe

#### Para el salpicón:

- 1 libra de salón de res previamente cocido
- 1 cebolla blanca cortada finamente
- 6 rábanos cortados finamente
- 10 hojas de hierbabuena cortadas
- 1 limón
- Sal Coquito

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén grande con Aceite Vegetal Santa Fe, sofreír la mitad de la cebolla previamente cortada, el ajo y el chile verde y dejar cocinar a fuego medio bajo por unos segundos.
2. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y sofreír por 3 minutos removiéndolo constantemente.
3. Añadir el caldo de frijoles junto con un cucharadita de Sal Coquito; subir a fuego alto.
4. Cuando rompa hervor, colocar a fuego bajo y cubrir la olla con una tapa.
5. Luego de 20 minutos, el **Arroz negrito San Pedro** estará perfectamente cocido y con el sabor exquisito de Don Frijol.
6. Reservar.

#### Para el salpicón:

1. Cortar el salón de res en trocitos muy finos o también se puede cortar en un procesador de alimentos.
2. Mezclar el salón de res, la cebolla, los rábanos y la hierbabuena. Corregir de punto de Sal Coquito.
3. Agregar el jugo de limón al momento de servir.

Nota: el salpicón es un platillo salvadoreño delicioso y su acompañante perfecto es el arroz negrito elaborado con **Arroz San Pedro** y el caldo de Frijoles Don Frijol; y si además se acompaña con tortillas recién hechas se tendrá un almuerzo exquisito.

“Mi recomendación es que cuando cocines arroz, lo tapes hasta el momento en el que suelte hervor; procura que la tapadera siempre tenga una salida de vapor”



Carismático influenciador en televisión y redes sociales.



Ha participado como jurado en importantes eventos.



## Roberto Menéndez



### “El Joven Chef vanguardista”

Describimos a Roberto como un joven con un enorme talento. Su creatividad y modernidad nos recuerda que las nuevas generaciones también cocinan y que les encanta fusionar su estilo de vida con la gastronomía. Cuenta con 10 años de ejercer su carrera y se inclina por la cocina de autor y fusión. Actualmente trabaja en una de las revistas matutinas más importantes del país. Ahora quisimos conocer más de Roberto y le preguntamos:

#### *¿Por qué te apasiona la cocina?*

Me apasiona la cocina porque es un medio para conocer las diferentes culturas gastronómicas de un país.

#### *¿Cuál es tu secreto para que tu cocina sea moderna?*

El secreto para que la cocina sea moderna es la investigación constante y mucha lectura de libros de técnica culinaria.

## Arroz San Pedro con camarones, coco y mango

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 4 tazas de caldo de mariscos
- 1 libra de camarones medianos
- 1 cebolla
- 1 mango sazón
- Ajo
- 1 Chile rojo
- 1 Chile verde
- 2 onzas de crema o leche de coco
- Cilantro fresco al gusto
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta al gusto

### • PROCEDIMIENTO

1. Precalentar la sartén. Agregar Aceite Santa Fe y sofreír la cebolla y el ajo cortado finamente; añadir el **Arroz Blanco San Pedro** previamente lavado. Dorar todo por un par de minutos.
2. Incorporar el caldo de mariscos, la crema de coco y rectificar el sabor con Sal Doña Blanca y pimienta. Dejar que rompa hervor.
3. Cuando el **Arroz Blanco San Pedro** hierva, bajar la llama y dejar que el agua reduzca un poco. Añadir los camarones previamente lavados.
4. Cortar los pimientos y el mango sazón en cubos; saltear en una sartén con un poco de Aceite Santa Fe, Sal Doña Blanca, pimienta. Reservar.
5. Cuando esté listo, mezclar los pimientos y el mango junto con el **Arroz Blanco San Pedro**.
6. Finalizar con mucho cilantro cortado finamente.
7. Servir.



## Arroz San Pedro con tomate deshidratado y pollo

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 onzas de tomate deshidratado
- 2 pechugas de pollo deshuesadas
- 1 lata de elote amarillo
- 1 cebolla blanca
- Ajo
- Guisantes frescos
- 4 tazas de caldo de pollo
- Perejil al gusto
- 1/2 taza de queso parmesano rallado
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Precalear la sartén. Agregar Aceite Santa Fe. Picar finamente el ajo, cebolla y tomate deshidratado y saltearlos. Añadir el **Arroz Precocido San Pedro** y dejar que se dore un poco.
2. Incorporar el caldo de pollo y dejamos que rompa hervor.
3. Mezclar junto al **Arroz Precocido San Pedro**, los guisantes y el elote amarillo.
4. Sazonar con Sal Doña Blanca y pimienta al gusto. Dejar que el agua reduzca. Tapar hasta que el **Arroz San Pedro** quede en su punto.
5. Esparcir perejil finamente picado y queso parmesano rallado.
6. Colocar las pechugas de pollo previamente preparadas al gusto y servir encima de la preparación del **Arroz San Pedro**.



## Arroz San Pedro con semillas de almendras y pechugas de pollo

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 pechugas de pollo deshuesadas
- 1 zanahoria
- 3 onzas de hongos frescos
- 4 onzas de semillas de almendras enteras
- 1 pimiento amarillo
- 1 pimiento rojo
- 1 cebolla
- 1 ajo
- 3 onzas de licor de naranja
- Mantequilla
- Aceite Santa Fe
- 1 ramita de cilantro fresco
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Precalentar la sartén para luego añadir Aceite Santa Fe. Picar finamente el ajo, cebolla y el **Arroz Blanco San Pedro** y ponerlos a dorar. Incorporar el caldo y el pollo finamente picado en cubo.
2. Calentar una sartén aparte para agregar los pimientos, zanahoria y hongos finamente picados; mantequilla y el licor de naranja. Flambear hasta que se reduzca el licor. Rectificar el sabor con Sal Doña Blanca y pimienta. Reservar.
3. Tostar las semillas de almendra.
4. Una vez listo el **Arroz Blanco San Pedro**, incorporar los vegetales salteados y las semillas de almendra tostadas.
5. Finalizar con un toque cilantro.
6. Servir.



## Arroz San Pedro con espinacas y salchichas de pavo

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 1 racimo de espinacas
- 4 salchichas de pavo
- 2 elotes amarillos
- 1 zanahoria
- Caldo de vegetales
- 1 cebolla blanca
- 1 ajo
- 6 onzas de queso mozzarella
- Perejil al gusto
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Precalentar la sartén. Agregar Aceite Santa Fe. Picar finamente el ajo, cebolla; cortar las salchichas en rodajas finas y dorarlas. Finalmente incorporar el **Arroz Blanco San Pedro**.
2. Licuar parte de las espinacas con el caldo de vegetales y agregarlo al arroz. Rectificar sabor con sal y pimienta.
3. Saltear aparte con un poco de Aceite Santa Fe, la zanahoria cortada en cubos pequeños y luego el elote amarillo desgranado. Rectificar sabor con Sal Doña Blanca y pimienta. Reservar.
4. Añadir el **Arroz Blanco San Pedro** y los vegetales. Luego tapar hasta que el arroz llegue a su punto.
5. Finalizar colocando queso mozzarella y un poco de perejil.
6. Servir.

## Tortitas de Arroz San Pedro frito con tocino y vegetales

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 8 lascas de tocino
- ½ taza de queso mozzarella
- ¼ taza de queso parmesano
- 2 huevos
- 3 onzas de pasas negras
- 1 cebolla
- 1 ajo
- Guisantes
- Aceite Santa Fe
- Caldo de vegetales
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Elaborar el **Arroz Blanco San Pedro** de la forma tradicional, precalentando la sartén y cocinando la cebolla y ajo hasta que doren; sofreír con el arroz y agregar el caldo de vegetales. Cocinarlo hasta estar en su punto y reservar.
2. Dorar el tocino en Aceite Santa Fe. Luego picarlo en pequeños trozos y reservar.
3. Poner el arroz en un recipiente hondo y agregar los quesos y demás vegetales. Incorporar un huevo entero y una yema más.
4. Añadir las pasas. Mezclar todo muy bien y rectificar sabor con Sal Doña Blanca y pimienta.
5. Precalentar la sartén y colocar Aceite Santa Fe. Formar pequeñas tortas con el **Arroz Blanco San Pedro** y freírlas hasta dorarse de ambos lados.
6. Servir con salsa de tomate.



## Bolitas de Arroz San Pedro frito con leche saborizada y ralladura de limón

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 5 tazas de Leche Entera Doña Blanca
- 6 onzas de leche condensada
- Canela en raja
- 2 limones (para ralladura)
- 1 cucharadita de vainilla líquida
- Arándanos secos
- Semillas de almendra fileteadas
- Aceite Santa Fe para freír

### • PROCEDIMIENTO

1. Verter la leche condensada y la Leche Entera Doña Blanca en una olla. Agregar la canela en raja y dejar que el contenido empiece a calentarse.
2. Incorporar el **Arroz Blanco San Pedro** y dejarlo cocinar a fuego lento, colocándole la vainilla y la ralladura de limón. El resultado quedará como una especie de arroz en leche.
3. Retirar un poco de **Arroz Blanco San Pedro** de la preparación y escurrir el exceso de leche. Con el arroz que se extrajo, formar bolitas y llevar a la nevera para luego obtener una mejor cocción. La leche restante se reserva. (Puede omitir la refrigeración de las bolitas).
4. Calentar el Aceite Santa Fe. Sacar las bolitas de la nevera y freírlas.
5. Servir acompañadas con la preparación de leche sobrante del **Arroz Blanco San Pedro** junto con los arándanos secos y las almendras fileteadas.



ARROZ  
**SAN  
PEDRO**®

## Arroz San Pedro en leche con chocolate y malvaviscos

### • INGREDIENTES

- 1/2 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 5 onzas de leche condensada
- Canela en raja
- 3 tazas de Leche Entera Doña Blanca
- ½ taza de chocolate 70% de cacao (polvo)
- 1 cucharada de mantequilla
- Malvaviscos pequeños para decorar
- Fresas naturales al gusto para decorar

### • PROCEDIMIENTO

1. Poner a hervir la leche condensada y la Leche Entera Doña Blanca. Agregar la canela en raja.
2. Posteriormente añadir el **Arroz Blanco San Pedro** a la preparación de leche junto con la ½ taza de chocolate en polvo, además poner una cucharada de mantequilla.
3. Dejar que el **Arroz Blanco San Pedro** hierva. Solamente si es necesario o si el chocolate se siente demasiado amargo, agregar más leche condensada.
4. Una vez listo el **Arroz Blanco San Pedro**, decorar con fresas naturales y malvavisco.
5. Servir.



## Pastel con arroz San Pedro y arándanos secos

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 100 gramos de mantequilla derretida sin sal
- 1 taza de Leche Entera Doña Blanca
- 1 cucharada de polvo para hornear
- 2 cucharadas de esencia de vainilla
- 1/4 de jarabe de maíz
- 2 cucharaditas de esencia de vainilla
- Pizca de Sal Doña Blanca
- 4 huevos
- 1 taza de harina todo uso Harimasa
- 1 taza de mermelada de frutos rojos para decorar

### • PROCEDIMIENTO

1. Colocar el **Arroz Precocido San Pedro** en un tazón grande y agregar agua hasta cubrir. Dejarlo reposar por 8 horas a temperatura ambiente.
2. Pasado ese periodo, se deberá colar el arroz y escurrirlo por 25 minutos.
3. En una licuadora: mezclar el jarabe de maíz, la mantequilla derretida, la Leche Entera Doña Blanca y el **Arroz Precocido San Pedro**.
4. Tamizar la harina todo uso con el polvo de hornear.
5. Batir las claras a punto de nieve. Poco a poco agregar los ingredientes como la harina y la mezcla en la licuadora de forma envolvente. También se deberán añadir los arándanos.
6. Adicionar la esencia de vainilla.
7. Engrasar un molde para torta o varios moldes pequeños de porción individual. Precalentar el horno a 350°F por unos 15 minutos.
8. Una vez caliente el horno meter el pastel y hornearlo a 350°F por 50 minutos.
9. Retirar el pastel del horno y dejarlo reposar por 20 minutos a temperatura ambiente.
10. Desmoldar el **Arroz Precocido San Pedro** y decorar al gusto. Para finalizar, se puede colocar por encima mermelada de frutos rojos.
11. Servir



## Manzanas rellenas de Arroz San Pedro con fresa

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- ½ libra de fresa
- Canela en raja
- 2 tazas de leche de almendras
- 5 onzas de leche condensada
- 4 manzanas gala
- Canela en polvo

### • PROCEDIMIENTO

1. Picar las fresas finamente.
2. En una olla colocar la leche de almendra y la leche condensada junto con las fresas y el **Arroz Blanco San Pedro**.
3. Agregar la canela en raja y dejar cocinar hasta que esté en su punto.
4. Abrir una manzana de la parte de arriba para formar una tapadera. Retirar con una cuchara cuidadosamente parte del centro de la manzana, que más tarde servirá para rellenarlas con el arroz.
5. Una vez listo el **Arroz Blanco San Pedro**, se procede a rellenar las manzanas. Llevar al horno a 350°F por 15 minutos o hasta estar dorados por fuera.
6. Servir.



## Flan de Arroz San Pedro con Leche y ralladura de naranja

### • INGREDIENTES

- 2/3 de libra de **Arroz Blanco San Pedro** (previamente cocinado)
- 5 huevos
- 1 lata de leche evaporada
- 1 lata de leche condensada
- 3/4 de azúcar
- Canela en polvo
- 6 onzas de jugo de naranja natural
- 2 naranjas para obtener ralladura (puede ser menos dependiendo que tan intenso queramos el sabor)

### • PROCEDIMIENTO

1. En un recipiente verter el azúcar y calentar sobre el fuego hasta que se caramelicé. Cubrir bien el molde y dejar que se enfríe. Reservar.
2. Separar las yemas de las claras. Luego se baten las claras a punto de nieve y se reservan.
3. En una licuadora se ponen las leches, las yemas batidas, **Arroz Blanco San Pedro** (previamente cocinado) y 6 onzas de jugo de naranja.
4. Añadir la ralladura de naranja, canela en polvo. Cocinar todo en baño de maría por 35 minutos.
5. Dejar que el flan se enfríe. Luego se debe llevar a la refrigeradora y finalmente decorarlo al gusto.
6. Servir.





## Arroz San Pedro al estilo risotto con tomate y albahaca

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro (o arroz blanco)**
- 3 tomates
- 1 cucharada de margarina vegetal
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- 4 tazas de caldo de verduras
- 2 hojas de laurel
- Hojas de albahaca
- Sal Doña Blanca
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. Asar los tomates y picarlos en cubos o cortarlos a la mitad. Reservar.
2. Picar la cebolla y el ajo. Derretir la margarina y rehogar ambos hasta que estén dorados.
3. Añadir el **Arroz Precocido San Pedro** crudo y remover bien para que no se queme.
4. Echar dos tazas de caldo, las hojas de laurel y la albahaca picada.
5. Se debe dejar pasar unos 10 minutos antes de agregar los tomates cortados en cubos (es opcional: quitarles la piel y las semillas).
6. Echar las 2 tazas restantes de caldo de vegetales.
7. Cocinar removiendo de vez en cuando y prestando atención de que no se evapore todo el líquido, pues lo que se busca es una consistencia blanda como el risotto.
8. Pasados los 20 minutos, apagar el fuego, tapar y dejar que se termine de cocinar. La idea es que el **Arroz San Pedro** esté a punto y que tenga una consistencia "cremosa". Servirlo caliente.



## Zucchini rellenos de arroz San Pedro

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 4 Zucchini
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 lata de tomate enteros
- ½ libra de tofu
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca
- y condimentos al gusto

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar los calabacines o zucchini y cortarlos al medio de forma horizontal. Cocinarlos en agua con un poco de sal.
2. Si se posee arroz elaborado del día anterior se puede usar, o de lo contrario prepararlo en el momento. El **Arroz Precocido San Pedro** se puede saltear con un poco de Aceite Santa Fe y los condimentos de preferencia. Reservar.
3. Para la salsa: picar la cebolla, el diente de ajo y sofreír; reservarlo. Luego en la licuadora colocar la lata de tomate junto con Sal Doña Blanca y pimienta y proceder a licuar. Luego echar la salsa que se licuó en el sofrito reservado. Esto se deja reposar por alrededor de 3 a 4 minutos hasta obtener una salsa medianamente espesa para colocar sobre los zucchini.
4. Continuando con los zucchini, se retiran del fuego y se sumergen en agua fría. Retirar la pulpa del centro con una cuchara.
5. Engrasar una fuente para horno con Aceite Santa Fe y colocar los calabacines uno al lado del otro.
6. Cortar el tofu en cuadros pequeños y mezclarlos con el **Arroz San Pedro** cocido. Esto permitirá que el tofu se ablande.
7. Rellenar el zucchini con dos cucharadas del **Arroz San Pedro** preparado y luego esparcir la salsa de tomate encima.
8. Llevar al horno 350°F por 8 minutos y si se desea, se puede colocar pequeñas lascas de tofu para que se dore encima.
9. Servir.

## Arroz San Pedro Chino Vegetariano

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro (o arroz blanco)**
- 1/2 lata de maíz dulce
- 1/2 taza de guisantes
- Aceite de oliva virgen extra
- 2 dientes de ajo
- 1/2 cebolla
- 1 zanahoria
- 2 cucharadas de salsa de soya

### • PROCEDIMIENTO

1. Cocinar el **Arroz Precocido San Pedro** siguiendo las indicaciones del paquete. Solo agregar jengibre y mucho ajo al arroz. Una vez esté listo se deja enfriar. Lo ideal es que se cocine un día antes.
2. En un wok o sartén añadir aceite y cocinar a fuego medio-alto durante un par de minutos: los dientes de ajo y la cebolla muy picados, mientras que la zanahoria en daditos. Añadir los guisantes y el maíz. Dejarlos cocinando durante otro par de minutos.
3. Echar el **Arroz Precocido San Pedro**, la salsa de soya y cocinar durante unos minutos o hasta que el arroz esté frito.
4. Servir.



## Piña rellena de Arroz San Pedro

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 1 piña grande
- 3 cucharadas de Aceite Santa Fe
- 1 cucharada de salsa de soya
- 1 huevo batido (**opcional**)
- 1 cebolla morada mediana
- Champiñones frescos
- 1 zanahoria mediana
- 1 chile rojo fresco, cortado en rodajas finas
- 1 cucharada de cilantro o perejil fresco, picado
- Sal Doña Blanca y pimienta
- Anacardos o nuez de la India (puede ser otra nuez)

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar y desinfectar los vegetales. Precalear la sartén a fuego medio. Una vez caliente se procede con una capa de aceite.
2. Cocinar el **Arroz Blanco San Pedro** con jengibre y mucho ajo. Luego se deja enfriar.
3. Cortar la piña por la mitad y separar un poco de pulpa, dejando intacta la piel para poder rellenarla más tarde. Cortar la pulpa de la piña en trozos procurando no perder nada de su jugo.
4. Calentar Aceite Santa Fe en un wok o en una sartén. Echar el huevo batido de modo que cubra el fondo de la sartén o el wok, como si se preparase una tortilla redonda. Darle la vuelta y cocerla por el otro lado. Retirla del fuego, para luego cortarla a tiras finas (**opcional**)
5. Sofreír la cebolla a fuego vivo por unos 2-3 minutos hasta que esté dorada y tierna. Agregar los hongos cortados en rodajas finas.
6. Incorporar la salsa de soya y el **Arroz Blanco San Pedro**. Dejar en el fuego por 3 minutos. Ahora, es momento de echar: los trozos de piña y su jugo, los anacardos y las tiras de tortilla. Dejar al fuego por 2 minutos más, removiéndolo bien. Salpimentar al gusto.
7. Rellenar la piña vacía con la mezcla que se preparó. Agregar el chile rojo, el cilantro o el perejil.
8. Servir en una fuente. Si ha sobrado relleno, puede dispersarse alrededor de la piña.



## Arroz San Pedro jardinerero

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro** (puede ser también **arroz blanco**)
- Garbanzos cocidos
- Medio manojo de ejote
- 1 pimiento rojo
- 2 tomates
- 2 dientes de ajo
- 1 pimentón dulce
- Perejil fresco picado
- 4 tazas de caldo de verduras
- Aceite de oliva virgen
- Sal Doña Blanca
- Pimienta negra
- Limón

### • PROCEDIMIENTO

1. Quitar el tallo y las semillas al pimiento. Luego cortarlos en cubos pequeños.
2. Eliminar las puntas a los ejotes y cortarlos en trozos pequeños.
3. Pelar y picar los dientes de ajo.
4. Asar los tomates. Luego pelarlos, cortarlos por la mitad y quitarle las semillas. Finalmente picarlos.
5. Poner aceite en una sartén y sofreír en este, el ajo y cebolla.
6. Añadir los cuadrados de pimiento y sofreír por 4 minutos.
7. Incorporar el pimentón y el tomate picado. Sazonar con una pizca de Sal Doña Blanca y pimienta recién molida. Rehogar entre 8 y 10 minutos, hasta que se evapore el agua que suelta el tomate.
8. Agregar los ejotes, los garbanzos escurridos y el **Arroz Precocido San Pedro**. Rehogar por un minuto.
9. Cubrir con el caldo y deja hervir.
10. Retirar del fuego. Agregar perejil picado y rodajas de limón.
11. Servir.



## Arroz San Pedro estilo Risotto con queso parmesano y mantequilla

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- ½ barra de mantequilla
- Albahaca fresca
- Aceite Santa Fe
- 1 cebolla brunoise
- Fondo claro caliente
- ¼ de taza de vino blanco
- 1 taza de queso parmesano
- Sal Doña Blanca y pimienta.

### • PROCEDIMIENTO

1. Calentar una sartén; añadir la mantequilla y Aceite Santa Fe.
2. Incorporar la cebolla hasta que clarifique, luego el **Arroz Precocido San Pedro** y cocinarlo hasta que dore.
3. Desglasar (hacerla más líquida) con vino blanco y agregar poco a poco el fondo caliente.
4. Mover constantemente el **Arroz Precocido San Pedro** hasta que se termine el fondo.
5. Agregar queso parmesano, Sal Doña Blanca, pimienta, albahaca fresca, mantequilla. Freírlo.
6. Servir.

## Arroz San Pedro a la marinera con tinta de calamar

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz precocido San Pedro**
- 1 puerro brunoise o en cubos
- Cebollines en julianas
- 1 ajo brunoise o en cubos
- Aceite de oliva
- ½ libra de mejillones
- ½ libra de calamares en aros
- 1 libra de camarones medianos
- 1 cola de langosta
- ¼ de taza de vino blanco
- Tinta de calamar al gusto
- Fondo de camarones
- Cilantro fresco en corte chiffonade
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla caliente, sofreír el puerro, el ajo y la cebolla en ese orden.
2. Añadir el **Arroz Precocido San Pedro** y cocinar hasta que el grano esté traslúcido. Desglasar con el vino.
3. Incorporar el fondo caliente y sazonar.
4. Saltear en aceite los mejillones, calamares, camarones y cola de langosta.
5. Cuando el nivel del líquido del arroz baje a la mitad, agregar la tinta de calamar y los mariscos previamente salteados.
6. Aromatizar la preparación con cilantro fresco.
7. Añadir Sal Doña Blanca al gusto.
8. Servir



## Sushi con arroz San Pedro

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- Agua
- ½ taza de vinagre de arroz
- 1 pepino en juliana
- 1 paquete de bastones de surimi
- 1 aguacate cortado en bastones
- ½ libra de queso crema
- 4 hojas de alga nori (para 4 personas)

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar el **Arroz Blanco San Pedro** hasta que el agua salga transparente. Luego, hervir con 4 tazas de agua a fuego lento y tapar.
2. Cortar en juliana los ingredientes que se piden.
3. Cuando el arroz esté listo, dejar enfriar en una toalla húmeda. Sazonarlo con vinagre y azúcar.
4. Colocar en un makisu, una hoja de alga nori y sobre ella servir una delgada capa de arroz.
5. Poner el pepino, el surimi, el aguacate y el queso crema formando una porción lineal sobre el **Arroz Blanco San Pedro**. Enrollar con cuidado para que quede firme y apretado.
6. Servir



## Arroz San Pedro frito tipo cantones

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro** (ya preparado)
- Aceite Vegetal Santa Fe
- ¼ de libra de lomo de aguja
- ¼ de libra de lomo de cerdo
- ½ pechuga de pollo deshuesada
- 1 libra de camarones sin descamar
- Ajo en pasta
- 1 zanahoria
- 1 cebolla
- 1 brócoli
- 1 apio
- 4 cebollines
- 3 cucharadas de salsa de soya
- Aceite de ajonjolí
- 1 huevo
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Cortar el pollo, cerdo y res en cubos pequeños. De igual manera hacerlo con los vegetales. Reservar.
2. Calentar la plancha. Agregar Aceite Vegetal Santa Fe y cocinar las carnes individualmente a excepción del camarón.
3. Integrar todas las carnes previamente cocinadas y agregar los vegetales para saltearlos. Condimentar con la pasta de ajo y añadir los camarones.
4. Poner el arroz cocido y sazonar con Sal Doña Blanca y pimienta.
5. Batir un huevo y prepararlo como omelette, que luego se partirá en juliana.
6. Agregar salsa de soya, aceite de ajonjolí. Incorporar el huevo previamente cocinado y mezclar con el **Arroz San Pedro**.
7. Servir.



## Paella con Arroz San Pedro

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- ½ libra de pollo deshuesado
- Aceite de oliva
- ½ libra de chorizo español
- ½ libra de lomo de cerdo
- 1 libra de camarón jumbo
- 1 libra de calamar
- Almejas al gusto
- ½ libra de mejillones al gusto
- Agua
- Fondo claro
- Azafrán o colorante tipo azafrán al gusto (puede ser media cucharadita)
- 1 cebolla brunoise
- 1 ajo
- 1 tomate brunoise
- ¼ de libra de ejotes
- ¼ de libra de Alverjas
- ½ pimiento rojo
- ½ pimiento verdes
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén caliente, agregar aceite de oliva, cebolla, ajo y tomate.
2. A lo anterior, cocinar los ingredientes hasta obtener un sofrito. Agregar el chorizo español cortado y esperar a que este suelte su grasa, para luego incorporar la carne de cerdo y pollo.
3. Colocar el **Arroz Precocido San Pedro** y sofreírlo.
4. Verter el fondo caliente, el azafrán o colorante similar, Sal Doña Blanca y pimienta.
5. Cocinar el líquido y reducir a la mitad. Se procede a agregar las almejas, los mejillones, los camarones y el calamar.
6. Saltear por separado los pimientos, ejotes y las alverjas. Agregarlos al **Arroz Precocido San Pedro** cuando finalice la cocción.
7. Servir.



## Arroz San Pedro estilo risotto con hongos tenquiques

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 libra de tenquiques
- ½ libra de queso parmesano
- 1 cebolla mediana
- 2 dientes de ajo
- 4 tazas de caldo de res o también puede ser agua
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca
- Pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar y desinfectar los vegetales. Precalear la sartén a fuego medio. Una vez caliente se procederá con una capa de Aceite Santa Fe.
2. Agregar la cebolla, luego el ajo y una pizca de Sal Doña Blanca. Continuar con los tenquiques hasta que se doren. Luego el **Arroz Precocido San Pedro** y sofreírlo. Incorporar el caldo de vegetales y dejar que rompa hervor. Bajar el fuego.
3. Cuando casi esté listo se agrega el queso parmesano. Rectificar sabor con Sal Doña Blanca y pimienta. Es de servirse caliente.



## Arroz San Pedro con chufles

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 libra de chufles
- Una cebolla mediana
- 4 dientes de ajo
- 1 zanahoria pequeña
- 5 onzas de aceitunas verdes deshuesadas
- Aceite Santa Fe
- Pimienta
- Sal Doña Blanca

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar y desinfectar los vegetales. Precalear la sartén a fuego medio. Una vez caliente, proceder con una capa de Aceite Santa Fe.
2. Sofreír ajo, cebolla y zanahoria. Agregar pimienta y una pizca de Sal Doña Blanca.
3. Posteriormente incorporar el **Arroz Precocido San Pedro** a la mezcla para terminar de sofreír.
4. Añadir el caldo de vegetales y los chufles. Llevar todo a ebullición junto con el arroz.
5. Una vez listo el **Arroz San Pedro**, se adicionarán el cilantro y las aceitunas verdes.

## Arroz San Pedro con loroco y pechuga de pollo con almendras

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 6 onzas de loroco
- 2 pechugas de pollo deshuesadas
- 5 onzas de almendras fileteadas
- Media cebolla
- 3 dientes de ajo
- ½ cucharadita de cúrcuma
- 1 litro de caldo de pollo
- Sal Doña Blanca
- Pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar y desinfectar los vegetales.
2. Precalentar la sartén a fuego medio y una vez esté caliente, se procederá con una capa de Aceite Santa Fe.
3. Cortar el pollo en cubos pequeños y sazonarlo con Sal Doña Blanca y pimienta. Se aprovechará a dorarlo junto con la cebolla y el ajo finamente picado. Reservar.
4. Posteriormente sofreír el **Arroz Blanco San Pedro** en el mismo aceite donde se sofrío el pollo. Luego incorporar el caldo de pollo y dejarlo hervir. Este tomará el sabor de los ingredientes que se sofrieron primero.
5. Después, agregar la media cucharada de cúrcuma y los lorocos.
6. Cocinar hasta que el arroz esté esponjoso.
7. Proceder a agregar el pollo frito y las almendras fileteadas.
8. Servir.



## Arroz con chipilín y espárragos frescos

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- Un rollo de espárragos frescos
- ½ cebolla blanca
- 4 dientes de ajo
- ½ manojo de chipilín
- 1 litro de caldo de vegetales
- 5 onzas de semillas de marañón
- Aceite Santa Fe
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar y desinfectar los vegetales. Precalear la sartén a fuego medio, donde una vez caliente se procederá con una capa de Aceite Santa Fe.
2. Deshojar el chipilín y licuarlo con el caldo de vegetales. Reservar.
3. Cortar los espárragos en porciones pequeñas.
4. Freír la cebolla y ajo. Agregar a los espárragos una pizca de Sal Doña Blanca y pimienta.
5. Añadir nuestro **Arroz Blanco San Pedro**.
6. Incorporar el caldo de vegetales con chipilín. Se deja hervir por unos minutos.
7. Aparte, tostar un poco las semillas de marañón para intensificar el sabor. Reservarlas.
8. Una vez listo el arroz, servirlo acompañado de semillas de marañón.



## Arroz San Pedro con longaniza de Nahuizalco y chile guaco

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 chile guaco
- Una docena de longanizas de Nahuizalco
- ½ cebolla
- 4 dientes de ajo
- 1 chile verde
- 4 tomates maduros medianos
- 1 Limón
- Cilantro fresco
- 1 caldo de res
- Aceite de oliva
- Sal Doña Blanca y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar y desinfectar los vegetales. Precalear la sartén a fuego medio. Una vez caliente se procederá con una capa de aceite.
2. Sacar la carne de las longanizas; picar bien y reservar.
3. Asar los tomates y reservar. Luego que estén fríos deberán licuarse.
4. Cocinar las longanizas junto con el ajo y cebolla; agregar el chile verde cortado en cubos pequeños. Una vez doradas, añadir el tomate asado y licuarlo. Adicionar Sal Doña Blanca, pimienta y parte de un chile guaco. Poner el **Arroz Precocido San Pedro**.
5. Posteriormente incorporar el caldo de res y dejarlo hervir.
6. Una vez listo el **Arroz San Pedro**, finalizar con cilantro picado y gotas de limón.
7. Servir.

“Te cuento que el arroz solo se lava una vez. Si lo lavas más veces, absorberá más agua de la necesaria y no podrás eliminarla con facilidad”



Primer embajador de buena voluntad en El Salvador para las Naciones Unidas, para el Programa de Alimentación y Agricultura (FAO).

## Frank Arévalo



### “El experto apasionado”

Él, es una mezcla entre experiencia, dinamismo y pasión por lo que hace. Frank es un excelente chef e influenciador que cuenta con más de quince años de ejercer en la gastronomía. Sus corrientes gastronómicas preferidas son cocina italiana, mexicana y grill. Su mayor secreto de cocina es seguir aprendiendo cada día. Pero queremos conocer más de él y le preguntamos:

#### **Frank, ¿Por qué te apasiona la gastronomía?**

Me permite dar momentos de felicidad a las personas y la gente feliz hacen un mundo feliz.

#### **Si Frank no fuera chef, ¿Qué haría?**

Estoy cómodo y feliz con lo que hago, aunque tengo experiencia en mercadeo y publicidad, trato de mezclarlos en mis proyectos.





ARROZ  
SAN  
PEDRO®

## Arroz San Pedro a la diabla

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro (o arroz blanco)**
- 1 pechuga deshuesada
- 8 onzas de posta de cerdo
- 1 pimiento rojo
- 1/4 de cebolla morada
- 2 cebollines
- 4 onzas de salsa tabasco
- 2 onzas de crema
- Sal Coquito y pimienta al gusto
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén poner a saltear la carne de cerdo por 4 minutos, luego agregar las piezas de pollo y cocinar por 3 minutos más.
2. Añadir la salsa picante y dejar a fuego lento a que se impregne el sabor.
3. En otra sartén poner a saltear la cebolla, el pimiento rojo y los cebollines. Cuando la cebolla este transparentando, se agregará el **Arroz San Pedro** previamente cocido y luego la crema
4. Salpimentar al gusto.
5. Por último, agregar el cerdo y el pollo y mezclar bien.
6. Servir.



## Arroz San Pedro relleno de espárragos

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 mazo de espárragos
- 1 libra de queso enredo
- 1/2 botella de crema
- Sal Coquito y pimienta al gusto

### • PROCEDIMIENTO

1. Engrasar una fuente y poner una capa de **Arroz San Pedro** (previamente cocinado)
2. Colocar la crema y el enredo rallado.
3. Por último, los espárragos cortados en mitad a lo largo. Repetir esta acción hasta llegar a la última capa.
4. Poner papel aluminio y lo llevamos al horno, precalentado a 150°C por 10 minutos.
5. Servir.



ARROZ  
**SAN PEDRO**

## Arroz San Pedro con camarones

### • INGREDIENTES

- 1 taza de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de mariscos
- 1/2 cebolla
- 4 onzas de maíz dulce
- 1 libra de camaroncillo
- 1 cucharada de salsa picante
- 2 onzas de vino blanco
- Sal Coquito y pimienta al gusto
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. Calentar en una olla un poco de aceite.
2. Agregar el **Arroz Precocido San Pedro** y sofreír, luego agregar el caldo de mariscos y dejar que rompa en hervor el líquido para luego bajar el fuego al mínimo.
3. Cuando el **Arroz San Pedro** esté cocido, poner a saltear la cebolla en una sartén.
4. Luego agregar el maíz dulce y después los camarones con la salsa picante. Cuando los camarones cambien de color, agregar el vino blanco y dejar evaporar el alcohol.
5. Finalmente, incorporar el **Arroz Precocido San Pedro** y hacer movimientos envolventes para que la mezcla sea homogénea.
6. Salpimentar al gusto.
7. Servir.



## Ensalada de Arroz San Pedro con atún

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 6 onzas de maíz dulce
- 2 onzas de ron
- 4 onzas de atún en agua
- 2 cucharadas de mayonesa
- 2 onzas de perejil liso
- 1 limón opcional
- Sal Coquito y pimienta al gusto
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. Saltear el maíz dulce y los cebollines con un poco de Aceite Santa Fe a fuego alto.
2. Luego flambear con el ron para darle carácter a su sabor. Dejarlo reposar hasta que llegue a temperatura ambiente. Luego mezclar el **Arroz Blanco San Pedro** preparado con el maíz dulce, los cebollines, perejil recién picado y la mayonesa (es opcional: adicionar una cucharada de jugo de limón).
3. Incorporar el atún en agua a la preparación.
4. Mezclar todo en un recipiente hondo y refrigerar para una ensalada diferente.
5. Servir.



## Arroz San Pedro marino

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro** (previamente cocinado)
- ½ cebolla picada
- ½ pimiento rojo
- 1/3 zanahoria picada
- 2 onzas de brandy
- 4 onzas de camarones
- 3 onzas de calamar
- 3 onzas de almeja
- 3 onzas de crema
- Sal Coquito y pimienta al gusto
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén saltear los mariscos (almejas, calamares, camarones) a temperatura alta. Cuando empiecen a cambiar de color, agregar el brandy y flambear. Después se retiran los mariscos y en la misma sartén con un poco de Aceite Santa Fe, saltear la cebolla, zanahoria, pimiento rojo y ajos.
2. Luego, incorporar el **Arroz San Pedro** previamente cocinado hasta que se integre.
3. Agregar los mariscos y por último la crema.
4. Salpimentar al gusto.
5. Servir.



## Bolitas de Arroz San Pedro con coco

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 taza de agua
- Una pizca de Sal Doña Blanca
- ¼ taza de leche de coco
- 1 ½ cucharada de azúcar
- ⅛ cucharadita de extracto de vainilla
- ½ taza de coco rallado

### • PROCEDIMIENTO

1. En una cacerola pequeña, mezclar el **Arroz Blanco San Pedro**, el agua y la Sal Doña Blanca.
2. Poner a hervir sobre fuego alto. Cuando comience a hervir, reducir el fuego a medio y cubrir parcialmente.
3. Cocinar hasta que se absorba toda el agua, aproximadamente 25 minutos.
4. Agregar al **Arroz Blanco San Pedro**: la leche de coco, el azúcar y el extracto de vainilla.
5. Mezclar y dejar que se enfríe hasta que la mezcla esté tibia.
6. Con los dedos mojados, formar una bolita con una cucharadita de **Arroz Blanco San Pedro**.
7. Cubrir con el coco rallado.
8. Servir.

## Barras de arroz San Pedro con almendras

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de malvaviscos
- 1/2 taza de mantequilla
- 400 gramos de almendras trituradas

### • PROCEDIMIENTO

1. Derretir la mantequilla en una cacerola a fuego bajo.
2. Agregar los malvaviscos y cocinar, sin dejar de mover, hasta que se hayan derretido e integrado completamente.
3. Dejar en el fuego 2 minutos más, moviendo constantemente.
4. Luego retirar del fuego.
5. Agregar el **Arroz Blanco San Pedro** cocido con las almendras y revolver hasta cubrirlo completamente.
6. Presionar la mezcla uniforme y firmemente en un molde de 23 x 33 centímetros, con la ayuda de una espátula o papel encerado.
7. Deja enfriar y cortar en cuadros de 5 x 5 centímetros.
8. Servir.



## Flan de Arroz San Pedro con leche

### • INGREDIENTES

#### Ingredientes para el budín

- 1 taza de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de agua
- 1 taza de azúcar
- 1 ramita de canela
- 4 clavos de olor
- 1 estrella de anís (si no encuentra anís estrellado puede ser canela en raja)
- 4 tazas de Leche Entera Doña Blanca

#### Ingredientes para el flan (mezcla de flan)

- 1 ½ tazas de azúcar
- 6 huevos
- 11 a 14 onzas de lata de leche condensada
- 14 onzas de Leche Entera Doña Blanca
- 1 cucharadita de extracto de vainilla

### • PROCEDIMIENTO

#### Para el arroz con leche:

1. En una olla mediana a fuego medio, agregar el **Arroz Blanco San Pedro** y el agua. Tapar y dejarlo cocinando unos 8 minutos hasta que el agua se evapore y el **Arroz Blanco San Pedro** esté al dente.
2. Reducir el fuego a bajo y agregar azúcar, especias y 1 taza de Leche Entera Doña Blanca. Cocinar lentamente, revolviendo constantemente, hasta que la leche haya sido absorbida.
3. Agrega 1 taza más de Leche Entera Doña Blanca y repite el procedimiento hasta acabar con la leche y el **Arroz Blanco San Pedro** este suave y cremoso, aproximadamente 25 minutos. Retirar del fuego y dejarlo enfriar. Retirar las especias y descartarlas.

#### Para preparar el caramelo:

4. Agregar el azúcar en una olla mediana a fuego medio. Mezclar constantemente hasta que el azúcar se disuelva y se torne color ámbar.
5. Cuidadosamente dividir el caramelo en 2 flaneras y distribuirlo de forma que cubra el fondo y los lados del molde. Dejarlo enfriar completamente.

#### Para el flan:

6. Colocar todos los ingredientes en una licuadora y licuar hasta que todo esté bien incorporado.
7. En un tazón grande, mezclar el arroz con leche (frío) y la mezcla de flan. Repartir la mezcla en 2 flaneras y cocinar durante 1 hora en baño maría.
8. Servir.





## Arroz San Pedro con chocolate y walnuts

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 3 tazas de Leche Entera Doña Blanca
- 1 taza de agua
- 3 onzas de panela
- 6 onzas de chocolate oscuro
- 8 onzas de walnuts

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar el Arroz **Blanco San Pedro** para quitar el exceso de almidón.
2. Ponerlo en una olla con el agua y la leche a fuego bajo por 20 minutos, removiendo constantemente para evitar que se pegue. Derretir el chocolate en una sartén y agregarlo después de los primeros 15 minutos junto con la panela.
3. La idea es que el arroz quede suave y cremoso. De ser necesario y si el **Arroz Blanco San Pedro** no está listo, se puede agregar más Leche Entera Doña Blanca.
4. Cuando el **Arroz Blanco San Pedro** esté cremoso, triturar los walnuts y agregarlos para tener una textura firme en un arroz cremoso.
5. Servir.




## Yogurt de mango con Arroz San Pedro

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Blanco San Pedro**
- 2 tazas de agua
- 225 gramos de mango (pelado y sin hueso)
- 40 a 50 gramos de azúcar
- 1 c/p de zumo de limón
- 125 gramos de yogurt natural cremoso
- 1/2 c/c de curry (cucharadita)
- Nueces caramelizadas.

### • PROCEDIMIENTO

1. Poner a cocer el **Arroz Blanco San Pedro**.
2. Añadir el **Arroz Blanco San Pedro** en una olla con abundante agua. Poner al fuego y cuando rompa a hervir bajar el fuego y dejarlo cocinando hasta que el grano esté tierno por unos 30 a 40 minutos.
3. Pelar el mango y trocearlo, mientras que el hueso es de desecharlo. Poner la cantidad indicada en el vaso de la batidora y añadir el azúcar. La cantidad puede variar según lo dulce que esté la fruta.
4. Incorporar el zumo de limón, el yogurt y el curry. Triturar hasta obtener una crema ligera. Hay que probar para darle el punto dulce deseado, teniendo en cuenta que después se tiene que endulzar el arroz, o sea, que debe quedar un poco más dulce de lo que se desearía. También se puede jugar con el punto de curry al gusto.
5. Tapar el recipiente con el yogurt y dejarlo reposar en refrigeración al menos una hora
6. Para montar el plato, mezclar la crema de mango con el **Arroz Blanco San Pedro** y para finalizar poner las nueces caramelizadas.
7. Servir.



## Arroz San Pedro con naranja, champiñones y frutos secos

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de jugo de naranja
- 4 onzas de champiñones
- 3 onzas de almendras
- 3 onzas de higos
- 3 onzas de semilla de marañón
- 3 onzas de walnuts
- Aceite Santa Fe
- Sal Coquito y pimienta

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén poner a saltear los champiñones partidos en mitades o cuartos.
2. Agregar las almendras y semilla de marañón para tostar y después agregar los frutos secos solo para que despidan su sabor.
3. En una olla poner un poco de Aceite Santa Fe a calentar e incorporar el **Arroz Precocido San Pedro**.
4. Después de 2 minutos, agregar el jugo de naranja; esperar a que rompa en hervor y bajarlo al mínimo.
5. Cuando el **Arroz Precocido San Pedro** esté listo, agregar las semillas, frutos secos y champiñones.
6. Servir.



## Ensalada de Arroz San Pedro con tofu

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro** (ya preparado)
- 1 limón grande
- Zanahorias, cebollitas, pepinos y pimientos en vinagre
- 200 de tomates cherry (partidos en mitades)
- 5 cucharas de vinagre
- 15 gramos de menta fresca
- 6 onzas de tofu
- Perejil fresco picado

### • PROCEDIMIENTO

3. Colocar en un recipiente hondo el **Arroz Precocido San Pedro** ya preparado y mezclar con el resto de los ingredientes, dejándolos al menos 2 horas en refrigeración, para que los sabores puedan macerarse y hacer una ensalada ideal para el verano.
4. Todas las verduras deberán estar cortadas en trozos pequeños y el tomate cherry en mitades.
5. Servir.



## Arroz San Pedro Navideño

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de vegetales
- 1/2 mazo de espinacas
- 4 onzas de maíz dulce
- 1 pimiento rojo cortado en cubitos
- 2 onzas de ron
- Aceite Santa Fe
- Sal Coquito y pimienta al gusto

### • PROCEDIMIENTO

1. En una olla poner a calentar Aceite Santa Fe y freír el **Arroz Precocido San Pedro** por 3 minutos.
2. Antes de preparar el **Arroz Precocido San Pedro**, licuar las hojas de espinaca con el caldo de vegetales salpimentando al gusto.
3. Al preparar el arroz después del sofrito, verter la preparación de la albahaca sobre el **Arroz San Pedro**. La temperatura será alta para que rompa en hervor, luego bajar al mínimo y dejar que el arroz se cocine.
4. Cuando el **Arroz San Pedro** esté listo, poner en una sartén a saltear el maíz dulce con los pimientos rojos.
5. Agregar el ron al maíz y pimientos rojos para saborizarlos, dejando que el alcohol se evapore.
6. Agregar esta preparación al **Arroz San Pedro** removiendo para integrar los sabores.
7. Servir.



## Arroz San Pedro con almendras y pasas

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro o arroz blanco** (ya preparado)
- 4 onzas de almendras
- 1 cucharada de Aceite Santa Fe
- 1 zanahoria en cuadritos
- 1 tallo de apio en cuadritos
- 1 cebolla morada pequeña
- 2 cucharadas de margarina
- 1 pimiento rojo en cuadritos
- 3 onzas de carne de soya preparada
- 1 taza de coles de brúcela
- 4 onzas de aceitunas verdes rellenas
- 4 onzas de pasas
- Sal Coquito al gusto
- Margarina vegetal

### • PROCEDIMIENTO

1. Proceder a saltear en Aceite Santa Fe: la zanahoria, la cebolla, el apio, el pimiento rojo, las coles de brúcela y la carne de soya (cada uno en intervalos de 1 minuto por ingrediente). Luego agregar la margarina y remover para que se derrita y suavice los ingredientes.
2. Agregar el **Arroz San Pedro** previamente cocido y seguir mezclando con las almendras, las aceitunas con un poco de su jugo y por último las pasas.
3. Salpimentar al gusto dejando que los sabores se integren al menos por 2 minutos más.
4. Servir.

## Arroz San Pedro campesino

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de vegetales
- ¼ libra de carne de soya ya preparada (o cualquier carne vegetal)
- ½ libra de tofu
- 4 onzas de maíz dulce
- 3 onzas de ejotes picados
- 1/2 mazo de cebollín
- 1/3 de zanahoria picada

### • PROCEDIMIENTO

1. Preparar la carne de soya hasta que quede dorada, luego retirar y reservarla.
2. Freír el **Arroz Precocido San Pedro** y luego agregar el caldo de vegetales para cocerlo. Cuando esté listo se reservará.
3. Por otro lado, en una sartén saltear el tofu en trozos con un poco de aceite hasta dorar.
4. Saltear en Aceite Santa Fe: la zanahoria, los ejotes, el maíz dulce y los cebollines. Reservar.
5. Luego en un recipiente hondo agregar los vegetales, el tofu, y después incorporar la carne de soya y el **Arroz San Pedro cocido**.
6. Servir.



## Arroz San Pedro con Calamares

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro** (previamente cocido)
- 1/2 cebolla picada
- 1/2 zanahoria
- 1 cucharadita de polvo de ajo
- 1 cucharadita de paprika
- 3 calamares
- 4 onzas de salsa de soya
- Sal Coquito y pimienta al gusto
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén a temperatura alta, saltear los aros de calamares sazonados con ajo y paprika en Aceite Santa Fe por 3 minutos.
2. Luego agregar la cebolla y la zanahoria mezclando homogéneamente.
3. Agregar el **Arroz San Pedro** (previamente cocinado) y la salsa de soya.
4. Salpimentar al gusto.
5. Servir.



## Arroz San Pedro Chaufa

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 manojo de cebollines
- 1 cucharada de jengibre picada
- 3 huevos
- 3 cucharadas de salsa de soya
- 2 cucharadas de aceite sésamo
- 2 cucharadas de salsa de ostras
- 8 onzas de cerdo
- 8 onzas de pollo
- Sal Coquito al gusto
- Aceite Santa Fe para freír

### • PROCEDIMIENTO

1. Preparar el **Arroz Precocido San Pedro** con poca sal.
2. Batir los huevos y freírlos con poco Aceite Santa Fe para hacer una omelette, que luego se cortará en tiras pequeñas.
3. Cocinar aparte el filete de pollo (con poco aceite) y cuando esté listo cortarlo en cuadrados pequeños.
4. Partir la carne de cerdo en cuadrados pequeños y freírlos en Aceite Santa Fe bien caliente.
3. Cuando el **Arroz Precocido San Pedro** esté listo, ponerlo en una sartén a fuego alto, donde se debe de colocar la carne de pollo y la de cerdo con el resto de los ingredientes como el cebollín, el jengibre, las salsas de soya y ostras. Al final agregar el aceite sésamo.
4. Al terminar, sobre el arroz se puede colocar las tiras de huevo.
5. Servir.



## Arroz San Pedro a la Jambalaya

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro** (ya preparado)
- 1/2 libra de camarón mediano
- 1 pechuga en cubos
- 1/2 pimiento rojo
- 1 cucharadita de polvo de ajo
- 1 cucharadita de pimienta Cayena
- 4 tomates picados
- 1/2 cebolla picada
- 6 onzas de chorizo
- 3 onzas de tocino
- Sal Coquito y pimienta al gusto
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén con poco Aceite Santa Fe dorar el tocino. Luego agregar el pollo y los chorizos en rodajas.
2. Incorporar los vegetales (tomate, cebolla, y pimiento rojo) para que se fusionen los sabores.
3. Agregar los camarones y sazonar con las especias.
4. Remover por 5 minutos y por último agregar el **Arroz Precocido San Pedro**.
5. Salpimentar al gusto.
6. Servir.

## Arancini de Arroz San Pedro con salsa marinara

### • INGREDIENTES

- 1 libra de **Arroz Precocido San Pedro** (ya preparado)
- 3 huevos
- 1/2 taza de queso parmesano
- 1 taza de miga de pan
- 1 cucharada de tomillo seco
- 8 cubos de queso mozzarella
- 4 onzas de salsa de tomate casera
- Aceite Santa Fe para freír

### • PROCEDIMIENTO

1. Sacar de la refrigeradora el **Arroz San Pedro** previamente preparado y agregar la mezcla de dos huevos batidos, así como el queso parmesano.
2. Mezclando con ambas manos, hacer una pasta que ayudará a formar una tortilla con ella. Poner en el centro un cubito de queso, cerrar y hacer una bolita. Continuar así hasta tener unas 10 bolitas.
3. En un plato: mezclar la miga de pan con el tomillo y poner a rebosar las bolitas de arroz en ella; luego regresar a la mezcla de huevo y volver nuevamente a la miga de pan.
4. Cuando todas las bolitas estén hechas, llevar a refrigeración por 15 minutos. Esto servirá para templar las bolitas y que no se desarmen.
5. Agregar en una sartén suficiente Aceite Santa Fe para poner a dorar las bolitas.
6. Servir.
7. Acompañar con la salsa de tomate marinara.



## Arroz San Pedro cantones

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de res
- 4 onzas de salsa soja
- 8 onzas de carne de posta de cerdo
- 1 pechuga deshuesada
- 2 huevos batidos
- 6 onzas de retoño de soja
- 1/2 cucharadita de jengibre picado
- 3 onzas de cebollines
- 2 onzas de aceite sésamo

### • PROCEDIMIENTO

1. Poner a cocer el **Arroz Precocido San Pedro** con el caldo de res hasta que esté suave.
2. En una sartén, batir los huevos y hacer una tortilla con ellos, cortándolos después en tiras delgadas.
3. En otra sartén, poner a fuego alto a dorar la posta de cerdo (marinadas con salsa soja) cortada en tiras y después agregar el pollo cortado y marinado de la misma forma.
4. Luego incorporar el retoño de soja sin dejar de mover los cebollines y al final el jengibre.
5. Después incorporar el **Arroz San Pedro** y mezclar bien, siempre a fuego alto adicionando la salsa de soja y terminando con el aceite sésamo.
6. Servir.



## Arroz San Pedro con Chipilín

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro (o arroz blanco)**
- ½ cebolla picada
- 1 tomate picado
- 1 manojo de chipilín
- Sal Doña Blanca al gusto
- 2 tazas de agua
- Aceite Santa Fe

### • PROCEDIMIENTO

1. Lavar el manojo de chipilín y deshojar el 80% de sus hojas.
2. Licuar el 80% con las 2 tazas de agua junto con la Sal Doña Blanca.
3. En una cacerola, agregar el Aceite Santa Fe y la cebolla finamente picada y el tomate.
4. Sofreír el **Arroz Precocido San Pedro** y agregar el agua licuada con el chipilín.
5. Cuando rompa en hervor, se añadirá el resto de las hojas del chipilín.
6. Bajar el fuego al mínimo y esperar que esponje el arroz.
7. Servir.



## Arroz San Pedro con Chacalines

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de camarón
- 1 libra de chacalín
- ½ cebolla blanca
- 2 tomates
- 1 chile verde
- 2 onzas de Aceite Santa Fe
- ½ taza de zanahoria rallada

### • PROCEDIMIENTO

1. Remojar los chacalines en agua caliente por unos cinco minutos para retirarles el exceso de sal; luego escurrir y pelarlos.
2. En una sartén, sofreír con el Aceite Santa Fe: el tomate, el chile y la cebolla picada.
3. Incorporar la zanahoria rallada y el chacalín, luego agregar el **Arroz Precocido San Pedro**.
4. Remover hasta que los granos estén sueltos.
5. Agregar el caldo de camarones colado y cuando rompa en hervor, cocinar por media hora o hasta que el **Arroz Precocido San Pedro** este suave.
6. Servir.



## Arroz San Pedro con loroco

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 1 taza de Leche Entera Doña Blanca
- 6 onzas de crema
- ½ cebolla picada
- ½ zanahoria picada
- 4 onzas de loroco
- Aceite Santa Fe
- Sal Coquito y pimienta al gusto

### • PROCEDIMIENTO

1. Colocar en una licuadora la Leche Entera Doña Blanca junto con la crema y los lorocos, Sal Coquito y pimienta para hacer una mezcla homogénea.
2. Sofreír el **Arroz Precocido San Pedro** con un poco de Aceite Santa Fe, incorporando la cebolla y la zanahoria.
3. Agregar la Leche Entera Doña Blanca con sabor a loroco para que empiece a cocerse el **Arroz San Pedro** por espacio de media hora a fuego bajo sin remover hasta que este esponjoso.
4. Servir.



## Arroz San Pedro Cojutepecano

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de res
- 1 libra de chorizos de Cojutepeque
- ½ cebolla picada
- ½ pimienta roja en julianas
- ¼ de taza de cilantro fresco
- ½ cucharadita de orégano seco
- Sal Coquito y pimienta al gusto

### • PROCEDIMIENTO

1. Proceder a partir los chorizos en rebanadas y poner a freír en su propia grasa hasta dorarlos, reservar los chorizos.
2. En la grasa que quedo en la sartén, saltear la cebolla y el pimienta rojo.
3. Luego agregar el **Arroz Precocido San Pedro** y proceder a freírlo. Cuando esté suelto, agregar el caldo de res con la Sal Coquito, pimienta y orégano.
4. Tapar para que sea más rápido que rompa en hervor. Cuando esto suceda, bajar al mínimo y esperar a que el **Arroz Precocido San Pedro** se cocine.
5. Cuando esté listo, incorporar el chorizo y el cilantro para unificar los sabores.
6. Servir.





## Arroz San Pedro negroito con tunco

### • INGREDIENTES

- ½ libra de **Arroz Precocido San Pedro**
- 2 tazas de caldo de Frijoles Don Frijol
- 4 onzas de petit pois
- 4 onzas de zanahorias picadas
- 2 cebollines en rodajas
- 12 onzas de costilla de cerdo
- Sal Coquito y pimienta al gusto

### • PROCEDIMIENTO

1. En una sartén, poner a dorar las costillas (Riblets). Esto nos generará grasa suficiente para poder saltar los petit pois, los cebollines y la zanahoria que deben quedar al dente.
2. Retirar los vegetales y agregar el **Arroz Precocido San Pedro** (de ser necesario agregar un poco de manteca de cerdo).
3. Preparar el **Arroz Precocido San Pedro** con la grasa de las costillas y cuando este suelto, agregar el agua de Frijoles Don Frijol, bajando al mínimo cuando rompa en hervor.
4. Cuando esté listo, agregar las costillas de cerdo con los vegetales al dente.
5. Servir.

# Glosario

## 1. Cúrcuma

La cúrcuma es uno de los ingredientes principales en la gastronomía de la India y aporta un color amarillo intenso característico, procedente de la raíz de la planta.

## 2. Fondo de pollo, fondo de vegetales (fondos en general)

El fondo en la cocina profesional es un caldo básico que se elabora como primer paso de una preparación. En la preparación suele emplearse huesos (o espinas en el caso de que se trate de pescados) que se someten a una cocción lenta, generalmente aromatizada con verduras, especias y hierbas aromáticas.

## 3. Panko

El panko es una especie de pan rallado japonés. El panko se fabrica a partir de pan rallado elaborado mediante calentamiento óhmico. La carne, pescado y muchos productos se pueden “empanar o rebozar” con panko. Tras la fritura, el panko da al rebozado un efecto crujiente y un tanto aireado.

## 4. Reducción Balsámico

Una reducción de vinagre balsámico es una versión concentrada y espesa del vinagre balsámico que se hace mediante la cocción del vinagre hasta que se haya reducido. El sabor de la reducción balsámica es más intenso y tiene un toque de dulzor. Una reducción de balsámico es ideal para aquellas ensaladas a las que desea agregar una explosión de sabor.

## 5. Escalfado

Cuando hablamos de pochar o escalfar cebolla, o verduras en general, nos referimos a poner la sartén a calentar con un poco de aceite, poner la cebolla y, a cocción lenta, ir removiendo para que no se dore. El resultado de esto es que se haga con su propio jugo, quede blanda y de color transparente.

## 6. Zucchini

Forma parte de un grupo de especies de calabazas cuyas variedades cultivadas, de las que se cosecha su fruto maduro o inmaduro, poseen usos culinarios indistinguibles (son los zapallos, calabacines, zapallitos, zapallo italiano, auyamas, ahuyamas, pipianes, ayotes, etc.).

## 7. Chile en hojuelas

Son copos de chile secos.

## 8. Arrúgala o Rúcula

Planta mediterránea de la familia de las brasicáceas, muy olorosa y de sabor bastante fuerte. Son hojas jóvenes, muy recortadas, que después de mezclarse con otros ingredientes se comen en ensalada, deben recogerse antes de la floración, ya que más tarde su sabor tiende hacia el de la mostaza.

## 9. Vinagre de Jerez

El vinagre de jerez es un vinagre de vino gourmet hecho de jerez. Se produce en la provincia española de Cádiz y dentro del área triangular entre la ciudad de Jerez de la Frontera y los pueblos de Sanlúcar de Barrameda y El Puerto de Santa María, conocido como el “triángulo del jerez”.

### **10. Rompa Hervor**

Llevar a punto de ebullición una preparación hasta que salgan las primeras burbujas.

### **11. Chufles**

El Chufle o Chufles es una planta de la familia de las marantáceas, ya que existe una parecida al norte de América del Sur denominada Calathea allouia, en cambio esta es nativa de Centro América, específicamente de las regiones de El Salvador, Guatemala, Nicaragua, Costa Rica, Panamá y México.

### **12. Rehogar**

Sofreír un alimento hasta que empieza a dorarse y antes de añadirle el agua, caldo o salsa con que va a guisarse.

### **13. Anacardos**

También conocido como nuez de la India, cajú, merey, anacardo, castaña de cajú, marañón, cajuil, caguil.

### **14. Pedúnculos**

Se refiere a la prolongación de los tallos.

### **15. Brunoise**

Brunoise es una forma de cortar las verduras en pequeños dados (de 2 a 3 mm de lado) sobre una tabla de cortar. Puede elaborarse con una enorme variedad de vegetales o verduras como zanahoria, cebolla, ajo, nabo, pimiento etc.

### **16. Chiffonade**

La Chiffonade (en español a veces como chifonada) es una técnica culinaria de corte empleada para cortar con un cuchillo ciertas verduras de grandes hojas en tiras alargadas muy finas. Se suele emplear en verduras como la lechuga, espinacas, albahaca, hojas de endibia, acedera, etc.

### **17. Surimi**

El surimi (literalmente "carne picada") es una palabra de origen japonés que hace referencia al producto creado a partir de pescados de carne blanca. Los filetes de pescado se desmenuzan y enjuagan repetidas veces hasta formar una pasta gelatinosa, que se mezcla con aditivos tales como almidón, clara de huevo, sal, aceite vegetal, sorbitol, azúcar, proteínas de soja y otros condimentos. Una vez procesado, es empacquetado y congelado.

### **18. Tenquique**

Es un hongo comestible ampliamente conocido y económicamente importante en la Zona Occidental de El Salvador.

### **19. Chile Guaco**

Se usa para preparación de tamales, salsas, carnes y otras comidas.

### **20. Chaufa**

Es un plato estilo chifa, una mezcla de cocina peruana y china. Consiste en una mezcla de arroz frito con verduras.

### **21. Jambalaya**

La jambalaya es un plato muy típico de la gastronomía cajún. Su base es el arroz y sus principales ingredientes son pollo, jamón crudo, langostinos y mucha pimienta.

### **22. Arancini**

Los Arancini son una especialidad de la cocina siciliana. Se trata de unas croquetas redondas de pasta de arroz que poseen un color anaranjado debido al uso de azafrán, se sirven calientes y se toman a cualquier hora del día.



 Sabemosdecocinaoficial

 Global Alimentos

[www.globalalimentos.com.sv](http://www.globalalimentos.com.sv) - Callcenter: (503) 2319-1745