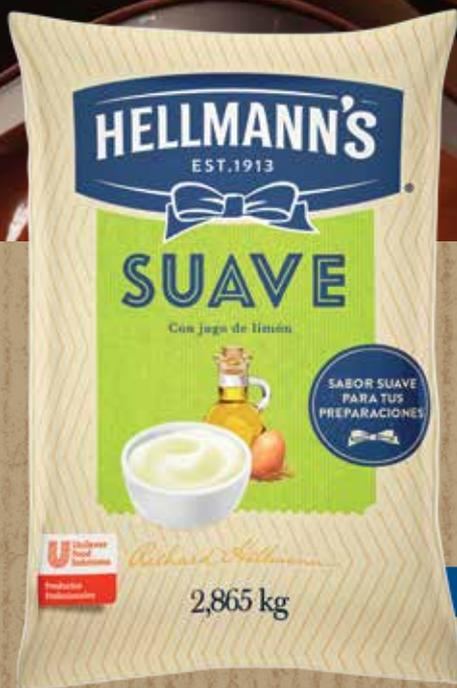


HELLMANN'S

EST.1913



ROMPÉ LAS REGLAS Y EXPLORÁ LOS SABORES



1 MAYONESA 50 RECETAS



Sabemos también que la gastronomía evoluciona, se transforma y que algunas reglas tienen que adaptarse

Sea para crear platos 100% nuevos o hacer una nueva versión de los tradicionales, la Hellmann's Suave entrega la calidad y el perfil de sabor que necesitas para trabajar tus preparaciones.

Es una base versátil aplicable a gran variedad de platos y preparaciones. Tiene el equilibrio perfecto de la cremosidad del aceite con la frescura del limón ofreciendo un sabor neutro y la textura para darle cuerpo a algunas preparaciones tanto en aplicaciones calientes como frías.

Pedimos a nuestros chefs que rompieran las reglas y exploraran los sabores y nos han creado 50 recetas con 1 sola mayonesa.



Índice

| | |
|-------------------------------------|----|
| TOPPING & DIPPING | 4 |
| SANDWICH, ENSALADAS Y VINAGRETAS | 12 |
| PREPARACIONES CALIENTES | 19 |
| PANIFICADOS Y MASAS | 26 |





TOPPING
& DIPPING



1 Dip estilo Oriental

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Salsa de soja | 10ml |
| Aceite de sésamo | 2g |
| Jengibre en polvo | 1g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar cerdo y carnes blancas.



2 Dip de curry y miel

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Curry | 2g |
| Miel | 10g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar cerdo y carnes blancas.



3 Dip de semillas tostadas

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Mix de semillas | 20g |
| Aceite de sésamo | 2g |

Procedimiento

Tostar las semillas en una sartén a seco. Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar carnes blancas y vegetales.



4 Dip con pepinos agri dulces, cebolla y mostaza

| | |
|--|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Pepino agri dulce brunoise | 40g |
| Cebolla seca rehidratada en agua y escurrida | 20g |
| Aceite de sésamo | 20g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de carnes y embutidos.

5 Dip de frutos rojos & hot chili

| | |
|---------------------------|-------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vinagre de frutos rojos | 20g |
| Mermelada de frutos rojos | 40g |
| Tabasco | Gotas |

Procedimiento

-En vinagre de alcohol, sin base aromática, macerar los frutos rojos 2 hs.

-Ecurrir o usar directamente

-Incorporar a la mayonesa despacio y batir.

Tips

-Se puede hacer puré con la fruta utilizada e incorporar a la preparación, para dar color y mas sabor.

-Ideal para acompañar mariscos y ensaladas de vegetales



6 Dip de pepino y zanahorias fresh

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Pepino fresco bruise | 50g |
| Zanahoria fresca bruise | 50g |
| Aceto balsámico | 5g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tips

Ideal para acompañar aves, pescados, mariscos y recetas vegetarianas.



7 Dip green

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Brócolis cocidos al vapor | 100g |

Procedimiento

Procesar el brócoli junto a la mayonesa.

Tip

Ideal para acompañar aves y recetas vegetarianas



8 Dip de calabaza asada

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Calabaza al horno | 100g |
| Azúcar rubia | 10g |

Procedimiento

Procesar la calabaza junto a los demás ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar aves y recetas vegetarianas.



9 Dip de olivas negras

| | |
|-----------------------------|-------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Aceitunas negras sin carozo | 100g |
| Tomillo fresco | 2g |
| Aceite de oliva | 20 ml |

Procedimiento

Picar muy fino las aceitunas y mezclar todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar carnes blancas.

10 Sour cream onion

| | |
|--|-----|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 50g |
| Queso crema | 50g |
| Cebolla seca rehidratada en agua y escurrida | 25g |
| Vinagre de alcohol | 10g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de carnes y ensaladas.



11 Chiminesa

| | |
|-----------------------------|-------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Orégano seco | 2g |
| Aji molido | 2g |
| Pimienta negra | 1g |
| Ajo en polvo | 2g |
| Aceite de girasol | 20 ml |
| Vinagre de vino | 10g |
| Vino blanco | 5g |
| Ajo en escamas deshidratado | 1g |

Procedimiento: Mezclar bien todos los ingredientes.

Tips: Ideal para acompañar todo tipo de carnes y embutidos a la parrilla.



12 Salsa Pebre

| | |
|------------------------------|----------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Tomate sin semillas brunoise | 50g |
| Ajo en polvo | 2g |
| Cebolla morada brunoise | 25g |
| Aji picante picado | 1 unidad |
| Cilantro picado | 5 g |
| Aceite de oliva | 10g |
| Limón jugo | 5g |
| Pimienta blanca | 1g |

Procedimiento: Mezclar bien todos los ingredientes.

Tips: Ideal para acompañar todo tipo de carnes y embutidos a la parrilla.

13 Criolla

| | |
|---------------------------|-------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Aceite de girasol | 20 ml |
| Vinagre de alcohol | 10 ml |
| Cebolla cubos | 30g |
| Ajo picado | 5g |
| Morrón rojo cubos | 20g |
| Perejil picado | 5g |

Procedimiento: Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de carnes y embutidos a la parrilla.



14 Dip de berenjena ahumada

| | |
|---------------------------|----------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Berenjena asada (*) | 50g |
| Perejil picado | 2g |
| Pimienta negra | 1g |
| Ajo picado | 1 diente |

Procedimiento

- (*) Para asar la berenjena quemarla a fuego directo sobre la hornalla con su piel. Luego utilizar solo la pulpa.

- Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip: ideal para acompañar todo tipo de carnes rojas y aves.



15 Dip de garbanzos

| | |
|---------------------------|-------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Garbanzos cocidos | 100g |
| Ajo | 5g |
| Jugo de limón | 20 ml |
| Pasta de sésamo | 40g |

Procedimiento

Procesar los demás ingredientes junto a la mayonesa.

Tip

Ideal para acompañar recetas vegetarianas.

16 Dip sabor ahumado

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Humo líquido | 5g |
| Salsa inglesa | 5g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de carnes.



17 Dip de ajo asado y perejil

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Ajo asado | 20g |
| Perejil picado | 4g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de carnes y recetas veganas.



18 Dip de queso azul y whisky

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Queso azul | 25g |
| Whisky | 4g |

Procedimiento

Mezclar bien los ingredientes. De ser necesario templar el queso azul previamente en microondas.

Tips

Ideal para acompañar todo tipo de carnes y recetas vegetarianas.



19 Dip rose picante

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Salsa Barbacoa Hellmann's | 30g |
| Salsa Siracha | 5g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de carnes. Especialmente mariscos.



HELLMANN'S
EST. 1913

Unilever
Food
Solutions



SANDWICHES,
ENSALADAS Y
VINAGRETAS

20 Vinagreta cremosa balsámica

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Aceto Balsámico Arisco | 50g |
| Salsa inglesa | 1gr |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tips

Ideal para acompañar todo tipo de ensaladas. Especialmente de hojas verdes.



21 Vinagreta cremosa estilo oriental

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vinagre de alcohol | 40g |
| Salsa de soja | 10gr |
| Aceite sesamo | 5 ml |

Procedimiento

Mezclar bien los ingredientes.

Tips

Ideal para acompañar todo tipo de ensaladas étnicas.



22 Vinagreta cremosa de frutos rojos

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vinagre de frutos rojos | 50g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de ensaladas.



23 Vinagreta cremosa estilo thai

| | |
|---------------------------|----------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vinagre de alcohol | 25g |
| Chile picante | 1 unidad |
| Azúcar moreno | 210g |
| Jugo de lima | 25g |
| Salsa de pescado | 10g |
| Ajo | 5g |
| Jengibre fresco | 5g |

Procedimiento

- En un mortero pisar bien el ajo, el jengibre, el chile y el azúcar moreno.
- Mezclar bien los ingredientes.

Nota: También se puede directamente integrar todos los ingredientes con la ayuda de un mixer

Tip: Ideal para acompañar todo tipo de ensaladas étnicas.



24 Vinagreta cremosa de ajo tostado, naranja y jerez

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vinagre de jerez | 30g |
| Jugo de naranja | 20g |
| Ajo dorado | 20g |

Procedimiento

Mezclar bien los ingredientes con la ayuda de un mixer.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de ensaladas. Especialmente con carnes blancas.

25 Vinagreta cremosa de mostaza de diyon y miel

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Aceto balsamico | 30g |
| Mostaza de diyon | 20g |
| Miel | 20g |
| Salsa inglesa | 5g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes.

Tip

Ideal para acompañar todo tipo de ensaladas. Especialmente con ingredientes mediterráneos.



26 Vinagreta cremosa estilo español

| | |
|---------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vinagre de alcohol | 40g |
| Ajo dorado | 20g |
| Pimentón dulce | 5g |
| Salsa inglesa | 2g |

Procedimiento

Mezclar bien todos los ingredientes con la ayuda de un mixer.

Tips

Ideal para acompañar todo tipo de ensaladas. Especialmente con pescados y mariscos.



27 Ensalada fresca de pollo al tomillo

Rendimiento: 1800g aprox. **Porciones:** 8x220g.
Tiempo prep: 25 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Pollo deshuesado cocido | 800g |
| Cebolla | 200g |
| Zanahoria | 300g |
| Apio | 100g |
| Tomillo | 10g |
| Vinagre de manzana | 25cc |
| Aceite de girasol | 50cc |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 300g |

Procedimiento:

- 1- Cortar el pollo en tiras finas y reservar.
- 2- Cortar la zanahoria en juliana, el apio en rodajas pequeñas y ciselar la cebolla. Reservar.
- 3- Preparar un aderezo con la Mayonesa Hellmann's Suave, el vinagre, el aceite y el tomillo.
- 4- Integrar bien todos los ingredientes y refrigerar por dos horas antes de servir.



28 Ensalada de papas y cebolla morada

Rendimiento: 2200g. **Porciones:** 10x220g.
Tiempo prep: 45 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|-------|
| Papas | 1500g |
| Cebolla morada | 300g |
| Mostaza Savora | 100g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 200g |
| Crema de leche | 100g |
| Perejil picado | 5g |

Procedimiento:

- 1- Lavar muy bien las papas y hervirlas con abundante agua y sal con cascara. Reservar.
- 2- Ciselar la cebolla morada y pasar por agua caliente. Reservar.
- 3- Preparar un aderezo con la crema de leche, la Mayonesa Hellmann's Suave y la Mostaza Savora.
- 4- Cortar las papas en cubos y mezclar con los demás ingredientes.
- 5- Refrigerar dos horas antes de servir. Cubrir con perejil picado y servir.



29 Sandwich de lomito

Rendimiento: 1400g aprox. **Porciones:** 4x350g.
Tiempo prep: 30 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|-------|
| Lomo de ternera | 600g |
| Aceite de oliva | 20cc |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Sal/pimienta | c/n |
| Pan frances | 4 uni |
| Lechuga morada | 50g |
| Tomate redondo | 200g |
| Huevo | 4 uni |
| Jamón cocido | 100g |
| Queso dambo | 100g |

Procedimiento:

- 1- Cortar el pollo en tiras finas y reservar.
- 2- Cortar la zanahoria en juliana, el apio en rodajas pequeñas y ciselar la cebolla. Reservar.
- 3- Preparar un aderezo con la Mayonesa Hellmann's Suave, el vinagre, el aceite y el tomillo.
- 4- Integrar bien todos los ingredientes y refrigerar por dos horas antes de servir.

30 Sandwich de vegetales grillados y queso brie

Rendimiento: 1200g. **Porciones:** 4x300g.

Tiempo prep: 30 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|-------|
| Berenjena grillada | 200g |
| Zanahoria grillada | 150g |
| Rucula | 50g |
| Zucchini grillado | 200g |
| Pan a elección | 4 uni |
| Tomate secos hidratados | 100g |
| Queso Brie. | 200g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 150g |
| Zapallo asado al horno | 150g |
| Sal/pimienta | c/n |
| Aceite | c/n |

Procedimiento:

- 1-Grillar los vegetales cortados en láminas finas con aceite en una plancha y reservar.
- 2- Pelar el zapallo asado al horno y pisarlo con un tenedor, mezclar con la Mayonesa Hellmann's Suave.
- 3- Cortar el pan a la mitad y calentarlo suavemente.
- 4- Armar el sándwich untando con el aderezo de zapallo y la Mayonesa Hellmann's Suave e intercalando los vegetales y el queso Brie.



31 Sandwich de pollo, cheddar y aderezo de bbq

Rendimiento: 1200g aprox. **Porciones:** 4x300g.

Tiempo prep: 30 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|-------|
| Suprema de pollo | 800g |
| Aceite de oliva | 40cc |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Salsa Barbacoa Hellmann's | 30g |
| Pan a elección | 4 uni |
| Lechuga francesa | 50g |
| Panceta ahumada | 150g |
| Queso Cheddar | 100g |

Procedimiento:

- 1- Mezclar la Mayonesa Hellmann's Suave con la Salsa Barbacoa Hellmann's y reservar.
- 2- En una plancha con aceite de oliva cocinar el pollo salpimentado. Reservar, colocándole el queso por encima. En la plancha donde se está cocinando el pollo, dorar además la panceta.
- 3- Armar el sándwich untando el aderezo; agregando la lechuga, el pollo con el queso y la panceta. Cubrir con la otra mitad del pan, servir.



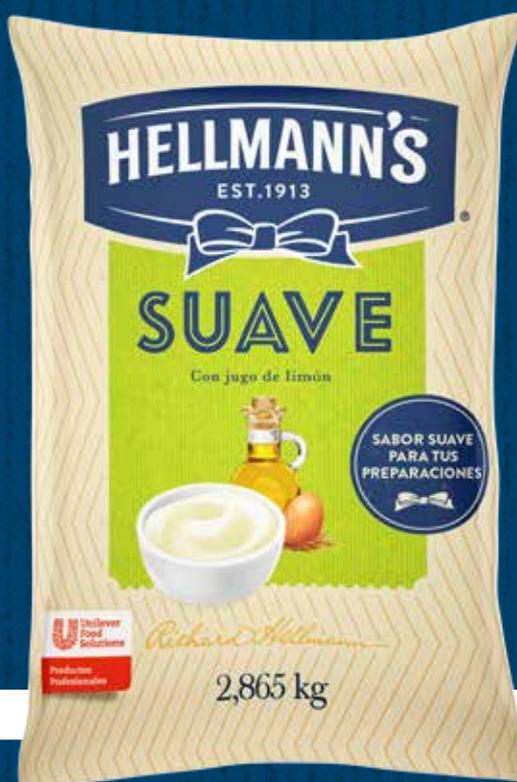
32 Sandwich de pastrón, rúcula y pepinillos

Rendimiento: 1000g. **Porciones:** 4x250g.
Tiempo prep: 20 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|-------|
| Pastrón | 200g |
| Rúcula | 100g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 150g |
| Pan integral con semillas | 4 uni |
| Mostaza Savora | 50g |
| Pepinillos agri dulces | 100g |
| Tomate confitado | 150g |

Procedimiento:

- 1- Mezclar la Mayonesa Hellmann's Suave con la Mostaza Savora y reservar.
- 2- Cortar los pepinillos en rodajas finas y reservar.
- 3- Armar el sándwich untando ambos panes levemente tostados, con el aderezo de mayonesa; agregar el pastrón y los demás ingredientes. Poner la otra tapa y servir.



- LIVIANA
- FRESCA





PREPARACIONES CALIENTES

33 Quiche de jamón y queso

Rendimiento: 1000g aprox. **Porciones:** 4x250g aprox.
Tiempo prep: 45 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 200g |
| Huevos | 2 unidades |
| Crema de leche | 100g |
| Jamón cocido | 200g |
| Queso port salud | 200g |
| Ciboulette picado | 10g |
| Pimienta | 2g |
| Masa tipo pascualina | 1 uni |
| Sal/pimienta | c/n |

Procedimiento:

- 1- Mezclar la crema de leche con los huevos y la Mayonesa Hellmann's Suave, el ciboulette picado, la sal y la pimienta.
- 2- Colocar la masa en el molde y fonzar, colocar el jamón y el queso y rellenar con la preparación anterior.
- 3- Hornear en horno medio a 160°C hasta que la tarta esté a punto.
- 4- Retirar del horno y dejar templar.
- 5- Servir preferentemente caliente o tibio.



34 Pollo con graten de parmesano

Rendimiento: 2000g. **Porciones:** 8x250g.
Tiempo prep: 45 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|-------|
| Suprema de pollo | 1200g |
| Cebolla | 200g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 150g |
| Vino blanco | 50cc |
| Yemas de huevo | 50g |
| Queso parmesano rallado | 200g |
| Crema de leche | 150g |
| Sal/pimienta | c/n |
| Aceite | 50cc |
| Ralladura de limon | 5g |

Procedimiento:

- 1- En una sartén con aceite oliva sellar las supremas salpimentadas. Añadir la cebolla y cocinar unos minutos, desglasar con el vino blanco.
- 2- Cocinar hasta que la suprema esté a punto. Escurrir el jugo de cocción y reservar.
- 3- En un bol colocar la Mayonesa Hellmann's Suave, la crema de leche, la ralladura de limón, las yemas, el jugo de cocción de la suprema, el queso rallado y mezclar bien.
- 4- Colocar las supremas en una bandeja y cubrir con la salsa, gratinar hasta dorar. Servir.

35 Bruscheta de brócoli gratinado con gruyere

Rendimiento: 2300g. **Porciones:** 10x230g.

Tiempo prep: 25 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|-------|
| Pan tipo de campo | 800g |
| Brócoli cocido | 1000g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 400g |
| Quesoguyere rallado | 100g |

Procedimiento:

- 1- Tostar levemente el pan cortado en rebanadas y reservar
- 2- Mezclar la Mayonesa Hellmann's Suave con el queso rallado gueso y reservar.
- 3- Disponer sobre el pan el brócoli blanqueado y cubrir con la mezcla de queso y mayonesa.
- 4- Gratinar en un horno bien fuerte y servir.



36 Lenguado con graten de almendras y queso azul

Rendimiento: 1200g. **Porciones:** 4x300g.

Tiempo prep: 20 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------------|------|
| Filet de lenguado | 800g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 200g |
| Queso AZUL | 100g |
| Almendras picadas | 50g |
| Pan rallado | 50g |
| Aceite de oliva, sal y pimienta | c/n |

Procedimiento:

- 1- Sellar el pescado en sartén con el aceite de oliva sal y pimienta. reservar
- 2- Mezclar la Mayonesa Hellmann's Suave con los demás ingredientes
- 3- Disponer sobre el pescado la mezcla anterior.
- 4- Gratinar en un horno bien fuerte y servir.



37 Pechuguitas de pollo al graten con limón

Rendimiento: 1050g aprox. **Porciones:** 4x285g.
Tiempo prep: 30 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|------------------------------|------|
| Pechuguitas de pollo | 800g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 200g |
| Queso parmesano | 90g |
| Ralladura limon | 5g |
| Pan rallado | 40g |
| Ciboullete picado | 15g |
| Aceite oliva, sal y pimienta | c/n |

Procedimiento:

- 1- Cocinar las supremitas en sartén con el aceite de oliva sal y pimienta. Retirar 3 minutos antes de su punto final de cocción reservar
- 2- Mezclar la Mayonesa Hellmann's Suave con los demás ingredientes
- 3- Disponer sobre las supremitas la mezcla anterior.
- 4- Gratinar en un horno bien fuerte y servir.



38 Risotto de berenjenas

Rendimiento: 900g aprox. **Porciones:** 4x250g.
Tiempo prep: 30 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|------------------------------|------|
| Cebolla brunoise | 200g |
| Berenjena brunoise | 100g |
| Arroz carnaroli | 200g |
| Caldo de verduras | c/n |
| Queso parmesano rallado | 60g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 60g |
| Aceite oliva, sal y pimienta | c/n |
| Vino blanco | 50cc |
| Zanahoria brunoise | 30g |

Procedimiento:

- 1- En una cacerola sudar la cebolla y la berenjena con el aceite de oliva y un poco de sal y pimienta.
- 2- Nacarar el arroz. Agregar el vino blanco y bajar el fuego.
- 3- Una vez evaporado el vino agregar de a poco el caldo de verduras revolviendo de vez en cuando.
- 4- Una vez que el arroz este al dente. Apagar el fuego, tapar el arroz y dejar reposar durante 2 minutos.
- 5- Cremar el arroz con la Mayonesa Hellmann's Suave y el queso parmesano. Servir bien caliente.

39 Papas aplastadas al limón y perejil

Rendimiento: 650g. **Porciones:** 3x215g.

Tiempo prep: 40 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Papas con cascara | 400g |
| Aceite de oliva | 40g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 150g |
| Queso rallado | 50g |
| Ralladura de limón | 5g |
| Perejil fresco picado | 5g |
| Sal y pimienta | c/n |

Procedimiento:

- 1- Lavar y cepillar muy bien las papas. Hevir las mismas enteras en abundante agua con sal hasta que esten tiernas pero que no se desarmen fácilmente. Colar y reservar.
- 2- Mezclar la mayonesa **Mayonesa Hellmann's Suave** con los demás ingredientes y reservar.
- 3- Con la ayuda de un aro aplastar las papas y disponerlas en una lata para horno.
- 4- Colocar la mezcla de **Mayonesa Hellmann's Suave**, sobre cada papa.
- 5- Gratinar en un horno bien fuerte y servir.



40 Salteado de pasta con vegetales

Rendimiento: 620g. **Porciones:** 2x310g.

Tiempo prep: 20 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|--------------------------------|------|
| Pasta corta cocida | 400g |
| Aceite de oliva | 20g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vegetales de estación bruniose | 100g |
| Ralladura de limón | 2g |
| perejil fresco picado | 2g |
| Sal y pimienta | c/n |

Procedimiento:

- 1- Cortar los vegetales en bruniose y sudarlos en el aceite de oliva con un poco de sal.
- 2- Agregar la pasta y la **Mayonesa Hellmann's Suave** saltear 3 minutos.
- 3- Agregar la ralladura de limón y el perejil picado y saltear un minuto mas
- 4- Servir bien caliente



41 Mariscos en cazuela

Rendimiento: 880g aprox. **Porciones:** 3x290g.
Tiempo prep: 40 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Mariscos | 400g |
| Cebolla ciselada | 200g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Queso parmesano rallado | 40g |
| Jugo de limón | 20g |
| Salsa de pescado | 20g |
| Sal y pimienta | c/n |
| Ciboullete picado | 5g |
| Ajo picado | 5g |
| Aceite de oliva | 40g |
| Vino blanco | 50g |

Procedimiento:

- 1- Saltear la cebolla y el ajo con el aceite de oliva
- 2- Agregar los mariscos y el vino blanco. Reducir a la mitad del volumen. Retirar del fuego. Reservar.
- 3- Mezclar la **Mayonesa Hellmann's Suave** con el jugo de limón, el ciboullete picado y la salsa de pescado. Reservar.
- 4- Incorporar la preparación anterior a los mariscos y pasar todo a una cazuela, colocar el queso por arriba y gratinar en un horno bien fuerte. Servir caliente.



42 Salteado de camarones

Rendimiento: 710g. **Porciones:** 3x240g aprox.
Tiempo prep: 30 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Camarones | 400g |
| Cebolla ciselada | 200g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Salsa de soja | 40g |
| Jugo de limón | 20g |
| Salsa de pescado | 20g |
| Sal y pimienta | c/n |
| Ciboullete picado | 5g |
| Ajo picado | 5g |
| Aceite de oliva | 40g |
| Semillas de sesamo | 10g |

Procedimiento:

- 1- Saltear la cebolla y el ajo con el aceite de oliva
- 2- Agregar los camarones y salsa de soja. Saltear por 3 minutos.
- 3- Mezclar la **Mayonesa Hellmann's Suave** con el jugo de limón, el ciboullete picado y la salsa de pescado. Saltear durante dos minutos mas.
- 4- Servir caliente, con las semillas de sésamo por arriba de la preparación.

43 Base de ligue para tartas

Rendimiento: 340g. **Porciones:** 1x340g aprox.

Tiempo prep: 10 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|-----------------------------------|------|
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Huevo | 100g |
| Leche | 100g |
| Queso tipo parmesano rallado fino | 40g |
| Sal y pimienta | c/n |

Procedimiento:

Mezclar bien todos los ingredientes y reservar en frío.



- **TEXTURA CREMOSA**
- **BASE NEUTRAL PERFECTA**





PANIFICADOS Y MASAS

44 Pancakes americanos

Tiempo prep: 5 min. **Tiempo cocción:** 15 min.

Dificultad: Fácil.

| | |
|---------------------------|---------------|
| Harina | 150g |
| Leche semidescremada | 150ml |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 2 cucharadas |
| Azúcar impalpable | 2 cucharadas |
| Huevo | 1 unidad |
| Polvo de hornear | 1 cucharadita |
| Aceite girasol | 1 cucharada |

Procedimiento:

- 1- Colocar los secos (harina, polvo de hornear y azúcar impalpable) en un bowl
- 2- En otro bowl batir ligeramente la leche, los huevos y la Mayonesa Hellmann's Suave. Luego incorporar esta preparación al bowl de los secos y batir. (Ojo! Que no queden grumos)
- 3- Calentar una sartén antihaderente a fuego medio y agregar una cucharada de aceite.
- 4- Con la ayuda de un cucharón, colocar la masa en la sartén.
- 5- Esperar a que la parte superior del panqueque comience a burbujear, luego coloque una espátula a prueba de calor debajo del panqueque, y dar vuelta, continuar cocinando.
- 6- Repetir hasta que toda la masa se termine, o hasta que todos los panqueques se hayan pegado al techo!



45 Muffing de vegetales

Rendimiento: 550g. **Porciones:** 6x90g aprox.

Tiempo prep: 40 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Huevo | 100g |
| Harina leudante | 100g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 100g |
| Vegetales cocidos varios | 200g |
| Queso parmesano rallado | 50g |
| Sal y pimienta | c/n |

Procedimiento:

- 1- Batir a máquina los huevos, agregar la Mayonesa Hellmann's Suave y batir hasta integrar. Incorporar la harina y batir por un minuto mas.
- 2- Agregar los vegetales y el queso con movimientos envolventes.
- 3- Colocar la mezcla en moldes siliconados y cocinar en un horno a 160°C.
- 4- Dejar enfriar y desmoldar antes de consumir.

46 Masa integral para tartas

Rendimiento: 410g aprox. **Porciones:** 1x410g aprox.
Tiempo prep: 30 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Harina integral | 250g |
| Polvo de hornear | 5g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 50g |
| Sal | 5g |
| Agua | 100g |
| Semillas | 20g |

Procedimiento:

- 1- Mezclar los ingredientes secos en una batidora con gancho de amasar
- 2- Agregar la Mayonesa Hellmann's Suave y luego incorporar el agua de a poco, amasar hasta integrar bien los ingredientes.
- 3- Terminar de amasar a mano en mesada. Dejar reposar envuelta en papel film 30 minutos en heladera, antes de usar.



47 Grisines de oliva

Rendimiento: 410g. **Porciones:** 1x410g aprox.
Tiempo prep: 40 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Harina 000 | 250g |
| Polvo de hornear | 5g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 50g |
| Sal | 5g |
| Agua | 80g |
| Aceite de oliva | 20g |

Procedimiento:

- 1- Mezclar los ingredientes secos en una batidora con gancho de amasar
- 2- Agregar la Mayonesa Hellmann's Suave y el aceite; luego incorporar el agua de a poco, amasar hasta integrar bien los ingredientes
- 3- Terminar de amasar a mano en mesada. Dejar reposar envuelta en papel film 30 minutos en heladera.
- 4- Estirar en mesada a palote, cortar y colocar en lata para horno con rocío vegetal.
- 5- Cocinar en un horno a 180°C durante 8 minutos aprox. Dejar enfriar y consumir.



48 Galletas de queso

Rendimiento: 500g. **Porciones:** 1x500g aprox.

Tiempo prep: 40 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Harina 000 | 250g |
| Polvo de hornear | 5g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 50g |
| Sal | 5g |
| Agua | 100g |
| Queso rallado | 40g |

Procedimiento:

- 1- Mezclar los ingredientes secos en una batidora con gancho de amasar
- 2- Agregar la **Mayonesa Hellmann's Suave** y luego incorporar el agua de a poco, amasar hasta integrar bien los ingredientes
- 3- Terminar de amasar a mano en mesada. Dejar reposar envuelta en papel film 30 minutos en heladera.
- 4- Estirar en mesada a palote, cortar, colocar en lata para horno con rocío vegetal y colocar queso rallado sobre cada galletita
- 5- Cocinar en un horno a 180°C durante 8 minutos aprox. Dejar enfriar y consumir.



49 Pan de harina integral

Rendimiento: 455g. **Porciones:** 1x455g aprox.

Tiempo prep: 60 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Harina integral | 250g |
| Levadura en polvo | 20g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 50g |
| Sal | 5g |
| Agua | 60g |
| Leche | 60g |
| Azúcar | 10g |

Procedimiento:

- 1- Mezclar los ingredientes secos en una batidora con gancho de amasar. Incorporar la levadura y mezclar
- 2- Agregar la **Mayonesa Hellmann's Suave** y luego incorporar el agua y la leche de a poco, amasar hasta integrar bien los ingredientes
- 3- Terminar de amasar a mano en mesada. Colocar en molde y dejar levar hasta que duplique su volumen.
- 4- Cocinar en un horno a 180°C durante 25 minutos aprox. Dejar enfriar y consumir.

50 Focaccia

Rendimiento: 465g aprox. **Porciones:** 1x465g aprox.

Tiempo prep: 60 min. **Dificultad:** Fácil.

| | |
|---------------------------|------|
| Harina 000 | 250g |
| Levadura en polvo | 20g |
| Mayonesa Hellmann's Suave | 50g |
| Sal | 5g |
| Agua | 100g |
| Aceite de oliva | 20g |
| Azúcar | 10g |
| Romero fresco* | 5g |
| Sal guesa* | 5g |
| Aceite de oliva | c/n |

**para colocar arriba del pan*

Procedimiento:

1- Mezclar los ingredientes secos en una batidora con gancho de amasar. Incorporar la levadura y mezclar

2- Agregar la Mayonesa Hellmann's Suave y luego incorporar el agua y el aceite de a poco, amasar hasta integrar bien los ingredientes

3- Terminar de amasar a mano en mesada. Colocar en molde y dejar levar hasta que duplique su volumen. Colocar por arriba el romero y la salguesa y un hilo de caite de oliva

4- Cocinar en un horno a 180°C durante 20 minutos aprox. Dejar enfriar y consumir.



- VERSÁTIL
- SABOR SUAVE



