

## Arroz con Pollo (Reis mit Huhn)

Portionen: 10

### A. für das Hähnchen

#### Zutaten

- 600 g Hühnerbrust in Wasser gekocht und zerkleinern
- 1 EL Hühnerbrühe (Pulver)
- 1 Staudensellerie
- 1 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Thymian
- Salz

#### Zubereitung

1. In einem Topf kochen den Hähnchen mit der Staudensellerie, Zwiebeln und Knoblauchzehen für circa 30-40 min.
2. Wenn das Huhn gekocht ist, die Staudensellerie, Zwiebeln und Knoblauchzehen aus der Flüssigkeit nehmen.
3. Benutzt die Flüssigkeit für kochen der Reis. Siehe Teil B.
4. Den Hühnerbrüsten zerkleinern und beiseitestellen.

### B. für den Reis

#### Zutaten

- 1 EL Öl
- 1 fein gehackte Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen, gehackte
- ½ fein gehackte Paprika
- 4 Tassen Parboiled Reis
- 4 Tassen Flüssigkeit (1 Liter Brühe oder Wasser)
- 1 TL Salz
- 2TL Hühnerbrühe (Pulver)
- 300 g Möhren
- 300 g Buschbohnen
- 200 g Erbsen

#### Zubereitung

1. Die Buschbohnen in kleine Stücke schneiden.
2. Die Möhren in kleine Würfel schneiden.
3. In einem Topf das Öl und Zwiebeln, Paprika und Knoblauchzehen erhitzen.
4. Füge den Reis hinzu.
5. Gehackte Buschbohnen, Möhren und Erbsen hinzugeben.

6. Füge dann der Flüssigkeit hinzu und mit Salz und ein bisschen Hühnerbrühe würzen (die Flüssigkeit muss den Reis bedecken).
7. Bedecken den Topf und kochen den Reis, bis er fertig ist (ca. 30-40 min)
8. Den Hühnerbrüsten zerkleinern hinzugeben und alle zusammen mischen.

### **Frijoles Molidos (Pürierte Bohnen)**

**Portionen: 4**

#### Zutaten

- 1 Dosen rote Kidneybohnen
- ½ fein gehackte Zwiebel
- 1 TL Butter
- 1 TL Salz

#### Zubereitung

1. In einem Topf das Butter, Knoblauch und Zwiebeln erhitzen.
2. Füge die Bohnen hinzu.
3. Lasse die Bohnen für 15 min kochen.
4. Pürieren den Bohnen mit einer Gabel oder mit der Stabmixer.
5. Würzen mit Salz

### **Ensalada Rusa**

**Portionen: 6**

#### Zutaten

- Mayonnaise
- 3 gekochte Rote Bete
- 6 Kartoffeln festkochen
- 2 TL Salz
- 4 gekochte Eier

#### Zubereitung

1. Die Kartoffeln in kleine Würfel schneiden.
2. In einem Topf kochen die Kartoffeln bis festkochen (Wie für Salat, kein Püree).
3. Die gekochte Rote Bete in Würfel schneiden.
4. Die gekochten Eier schneiden.
5. In eine Schüssel alle Zutaten mischen und das Mayo sowie das Salz zugeben.

## Queque de Banano (Bananen Kuchen)

**Portionen: 16**

### Zutaten

- 1 ½ Tassen Pürierte Bananen (sehr Reife) (6 Bananen)
- 2 TL Zitronensaft
- 3 Tasse Mehl
- 1 ½ TL Backpulver
- ¼ TL Salz
- ¾ Tassen schmelzen Butter
- 1 Tasse Zucker
- 1/2 Tasse Brauner Zucker
- 2 TL Vanille
- 1 ½ Tassen Buttermilch
- 3 Eier

Zutaten für „das Frosting“

- ½ Tasse Butter schmelzen
- 230 g Frischkäse
- 1 TL Vanille
- 3 ½ Tassen Puder Zucker

### Zubereitung

1. Den Ofen auf 135°C (275°F) erwärmen.
2. Eine 9 x 13 Pfanne mit Fett und Mehl einfetten.
3. In einer kleinen Schüssel die zerdrückte Banane mit dem Zitronensaft vermischen und beiseitestellen.
4. In einer mittelgroßen Schüssel Mehl, Natron und Salz mischen und beiseitestellen.
5. In einer großen Schüssel ¾ Tassen Butter und 2 1/8 Tassen Zucker cremig rühren, bis sie leicht und flauschig sind.
6. Eier einzeln unterrühren, dann 2 TL Vanille unterrühren.
7. Die Mehlmischung abwechselnd mit der Buttermilch verrühren.
8. Bananenmischung unterrühren.
9. Den Teig in die Backform geben und im vorgeheizten Ofen eine Stunde lang backen oder bis der in der Mitte eingesetzte Zahnstocher sauber herauskommt.
10. Aus dem Ofen nehmen und 45 Minuten lang direkt in den Gefrierschrank stellen. Dadurch wird der Kuchen sehr feucht.
11. Für die Glasur die Butter und den Frischkäse glattrühren.
12. 1 TL Vanille untermischen.
13. Puderzucker zugeben und bei niedriger Geschwindigkeit bis zur Kombination schlagen, dann bei hoher Geschwindigkeit, bis die Glasur glatt ist.
14. Auf dem abgekühlten Kuchen verteilen.
15. Gehackte Walnüsse über die Glasur streuen, falls gewünscht.