



CPEE
MARQUÉS
DE VALLEJO

RECETAS PARA LA VIDA



Alumnos y alumnas del Taller
de Servicios a la Comunidad
CEE Marqués de Vallejo

Este libro recoge algunas de las recetas que se han hecho en el taller de Servicios a la Comunidad del CEE Marqués de Vallejo en el curso 2025-2026.

Todas las recetas han sido escritas y hechas por los alumnos y alumnas. La mayoría de las que se recogen en este libro las han traído de sus casas o han escrito en clase con sus tutores/as o maestros/as de audición y lenguaje.

Hemos querido hacerlas visuales para que todo el mundo pueda acceder a ellas. Para ello hemos usado los programas: Canva y NotebookLM, además de los pictogramas de ARASAAC.

Este libro forma parte del Proyecto de Innovación Educativa Con Voz Propia del CEE Marqués de Vallejo.

AGRADECIMIENTOS

A todos los alumnos y alumnas que han pasado por el taller con su alegría y su ilusión: Marina, Marcos, Sergio, Sonia, Laura, Sandra, Nazareth, Hugo, Uxue, Mar, Mikel, Dua, Xavi, Rehan, Lin, Iker...

A Mari José PT, Sandra alumna en prácticas, a Ander PT y Ana ATE por participar y conseguir que todas las recetas queden estupendas.

A Viki Orientadora que nos ha ayudado a luchar contra los ordenadores.

A Bea PT que hace del cole un centro más visual.

A Diego PSC que nos ayuda en la convivencia y de paso degusta los platos.

A todas las tutoras y los y las maestras de audición y lenguaje que han ayudado a que sus alumnos y alumnas puedan traernos sus recetas

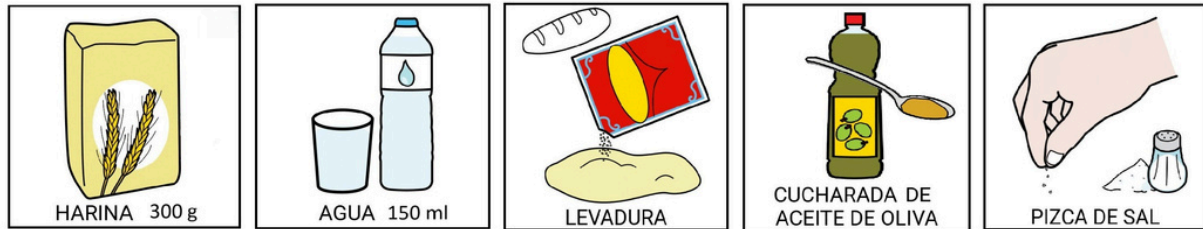
Y por supuesto a las familias que también les ayudan y les animan a seguir cocinando y aprendiendo.

ÍNDICE DE RECETAS

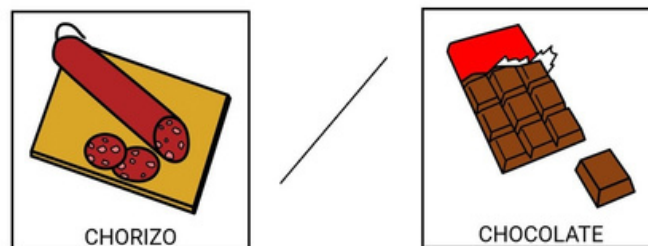
1  Chorizo Chocolate BOLLO PREÑO	2  ARROZ CON LECHE	3  GALLETAS DE CALABAZA	4  PURÉ DE CALABAZA
5  BIZCOCHO DE YOGUR	6  BIZCOCHO DE CALABAZA	7  TARTA DE PERAS CON FRANCHIPÁN	8  ENSALADA DE GARBANZOS
9  GALLETAS DE ARAÑA	10  ENSALADA DE GRANADAS	11  DULCE DE MEMBRILLO	12  LASAÑA
13  TORTILLA DE PATATAS	14  TARTA DE GALLETAS LOTUS	15  AREPAS CON QUESO	16  TACOS
17  MINIHAMBURGUESAS	18  BROWNIE DE CHOCOLATE	19  EMPAREDADO DE SALMON CON AGUACATE	20  ENSALADA DE PASTA
21  PAN BAOZI	22  PIZZA	23  DULCE DE ZANAHORIA	24  RECETA MÁGICA

RECETA DE BOLLO PREÑO

INGREDIENTES:



INGREDIENTES PARA RELLENAR:



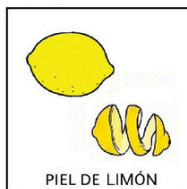
MODO DE PREPARACIÓN:





RECETA DE ARROZ CON LECHE

INGREDIENTES:



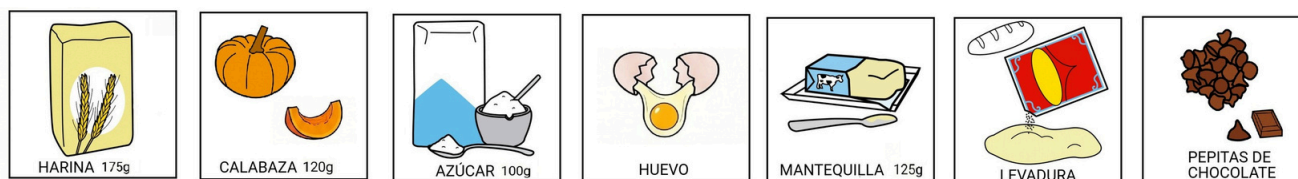
MODO DE PREPARACIÓN:

1  LAVAR EL ARROZ.	2  ECHAR LA LECHE EN LA OLLA Y CALENTAR.
3  AÑADIR LA PIEL DE LIMÓN, AZÚCAR Y LA CANELA EN RAMA.	4  CUANDO EMPIECE A HERVIR AÑADIMOS EL ARROZ DURANTE 20 MINUTOS O HASTA QUE ESTÉ BLANDO.
5  RETIRAMOS DEL FUEGO Y SERVIMOS.	6  DECORAMOS CON CANELA EN POLVO.

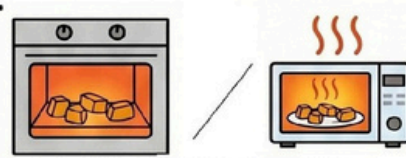
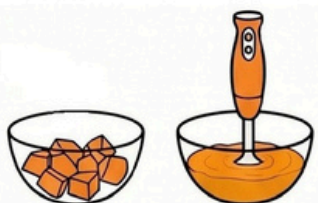
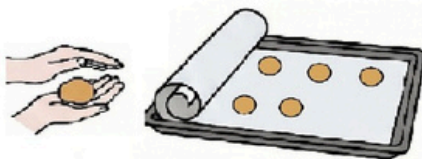
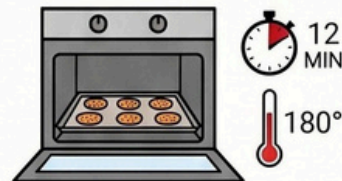


RECETA DE GALLETAS DE CALABAZA

INGREDIENTES:



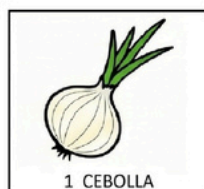
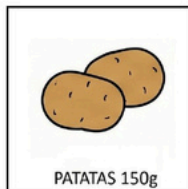
MODO DE PREPARACIÓN:

1  PELAMOS Y TROCEAMOS LA CALABAZA.	2  LA ASAMOS EN EL HORNO O MICROONDAS HASTA QUE QUEDE BLANDITA.
3  TRITURAMOS LA CALABAZA CON LA BATIDORA.	4  LA MEZCLAMOS CON MANTEQUILLA, LEVADURA Y HUEVO.
5  AÑADIMOS HARINA Y REMOVIEMOS.	6  HACEMOS BOLITAS CON LA MASA Y LA PONEMOS EN LA BANDEJA DEL HORNO CON PAPEL DE HORNEAR.
7  DECORAMOS CON PEPITAS DE CHOCOLATE, SIN NOS GUSTAN.	8  HORNEAMOS 12 MINUTOS A 180 GRADOS EN HORNO PRECALENTADO.

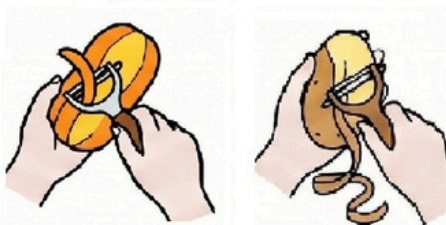
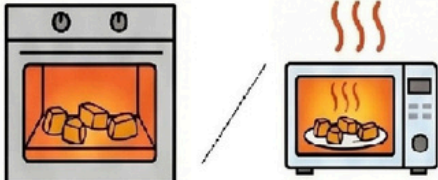


RECETA DE PURÉ DE CALABAZA

INGREDIENTES:



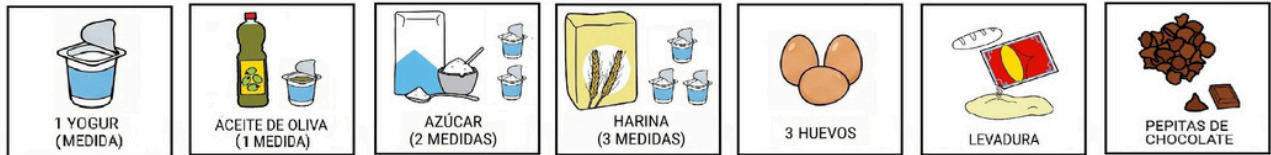
MODO DE PREPARACIÓN:

1  PELAMOS LA CALABAZA Y LAS PATATAS.	2  LAVAMOS Y TROCEAMOS LA CALABAZA Y LAS PATATAS.
3  HERVIMOS LAS PATATAS CON AGUA EN UNA OLLA HASTA QUE QUEDEN BLANDAS.	4  ASAMOS EN EL HORNO O MICROONDAS LA CALABAZA HASTA QUE QUEDE BLANDITA.
5  DEJAMOS ALGO DE AGUA DE LAS PATATAS, JUNTAMOS CON LA CALABAZA Y BATIMOS.	6  SE SIRVE.

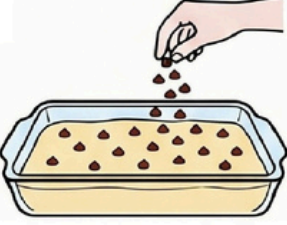
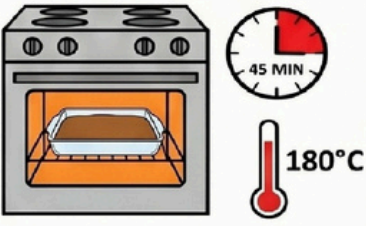


RECETA DE BIZCOCHO DE YOGUR

INGREDIENTES:



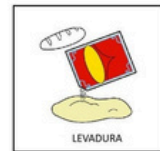
MODO DE PREPARACIÓN:

1  MEZCLAMOS EN UN BOL EL YOGUR, LOS HUEVOS, LA LEVADURA Y EL AZÚCAR.	2  AÑADIMOS 3 MEDIDAS DE HARINA Y REMOVEMOS.
3  LO ECHAMOS EN UN MOLDE PARA HORNO.	4  DECORAMOS CON PEPITAS DE CHOCOLATE SI NOS GUSTA.
5  HORNEAMOS 45 MINUTOS A 180 GRADOS.	6  DEJAMOS ENFRIAR Y SERVIMOS.

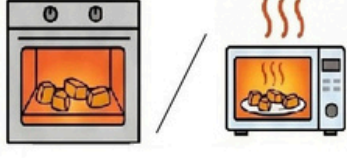
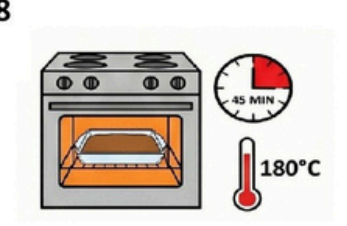


RECETA DE BIZCOCHO DE CALABAZA

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:

1  PELAMOS Y TROCEAMOS LA CALABAZA.	2  HORNEAMOS LA CALABAZA EN EL HORNO O EN EL MICROONDAS HASTA QUE QUEDE BLANDITA.
3  LA TRITURAMOS CON LA BATIDORA.	4  MEZCLAMOS EN UN BOL LA MEDIDA DE UN VASO DE CALABAZA, EL AZÚCAR, LOS HUEVOS Y LA LEVADURA.
5  AÑADIMOS 3 MEDIDAS DE HARINA Y REMOVEMOS.	6  ECHAMOS LA MEZCLA EN UN MOLDE PARA HORNO.
7  DECORAMOS CON PEPITAS DE CHOCOLATE SI NOS GUSTA.	8  HORNEAMOS 45 MINUTOS A 180 GRADOS EN UN HORNO PRECALENTADO.

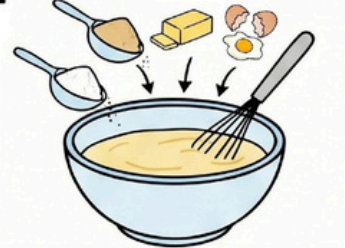
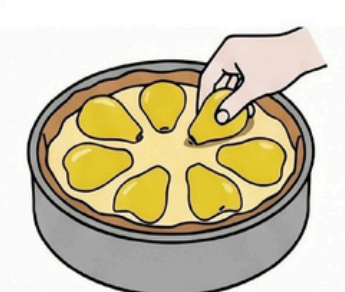
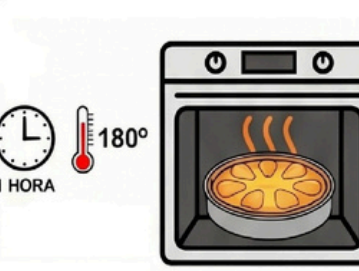


RECETA DE TARTA DE PERAS CON FRANCHIPÁN

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:

1  COLOCAR EL HOJALDRE EN UN MOLDE Y PONERLE LEGUMBRE SECA. HORNEAR 10 MINUTOS A 180 GRADOS.	2  ECHAR EN UN BOL LAS HARINAS, EL AZÚCAR, LA MANTEQUILLA Y EL HUEVO Y BATIR.
3  RETIRAR LA LEGUMBRE Y RELLENAR EL HOJALDRE CON LA MEZCLA.	4  PELAMOS Y PARTIMOS LAS PERAS A LA MITAD Y LAS COLOCAMOS ENCIMA.
5  HORNEAMOS UNA HORA A 180 GRADOS.	6  DECORAMOS CON MERMELEDA Y LAS ALMENDRAS FILETEADAS.



RECETA DE ENSALADA DE GARBANZOS

INGREDIENTES:



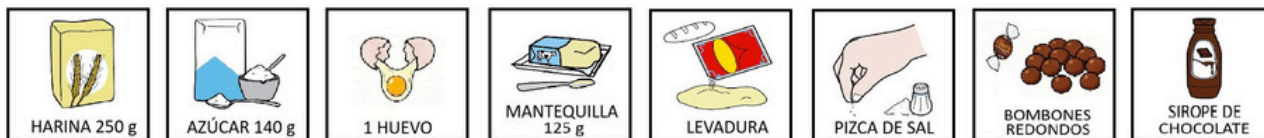
MODO DE PREPARACIÓN:



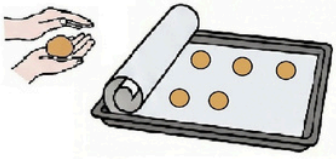
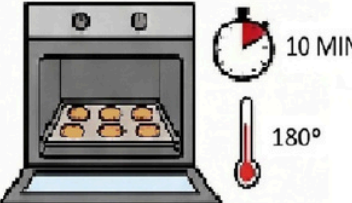
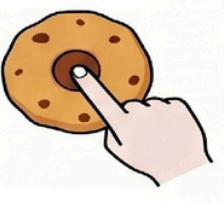
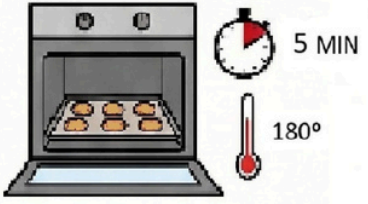
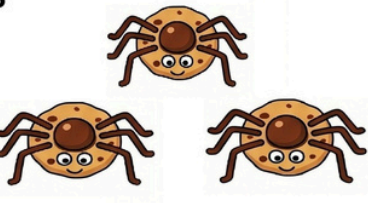


RECETA DE GALLETAS DE ARAÑA

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:

1  ECHAMOS EN UN BOL LA MANTEQUILLA, EL AZÚCAR, EL HUEVO, LA LEVADURA Y LA SAL	2  AÑADIMOS HARINA Y REMOVEMOS.
3  HACEMOS BOLITAS CON LA MASA Y LAS COLOCAMOS EN UNA BANDEJA DE HORNO CON PAPEL DE HORNEAR.	4  HORNEAMOS 10 MINUTOS A 180 GRADOS.
5  SACAMOS DEL HORNO Y DEJAMOS ENFRIAR, LUEGO LE HACEMOS UN HUECO CON EL DEDO PARA EL BOMBÓN.	6  HORNEAMOS OTRA VEZ 5 MINUTOS A 180 GRADOS.
7  SACAMOS DEL HORNO, DEJAMOS ENFRIAR Y DECORAMOS CON BOMBONES Y SIROPE DE CHOCOLATE.	8  DISFRUTAMOS DE NUESTRAS GALLETAS DE ARAÑA.



RECETA DE ENSALADA DE GRANADA

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:



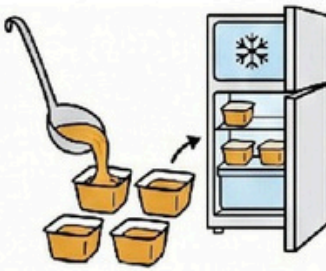


RECETA DE DULCE DE MEMBRILLO

INGREDIENTES:



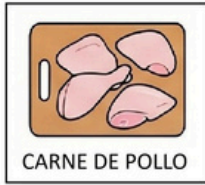
MODO DE PREPARACIÓN:

1  LAVAMOS LOS MEMBRILLOS.	2  LOS CORTAMOS Y QUITAMOS LAS PIPAS.
3  LOS PONEMOS EN LA OLLA EXPRÉS CON EL AZÚCAR.	4  LOS DEJAMOS HERVIR DURANTE 15 MINUTOS.
5  ENFRIAMOS Y BATIMOS CON LA BATIDORA HASTA QUE QUEDE COMO MERMELEDA.	6  SERVIMOS EN RECIPIENTES Y DEJAMOS ENFRIAR EN LA NEVERA.

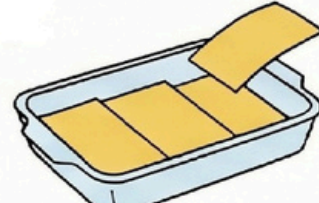
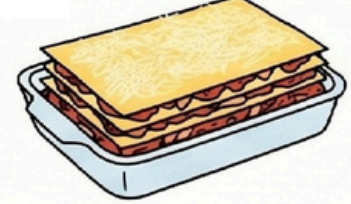
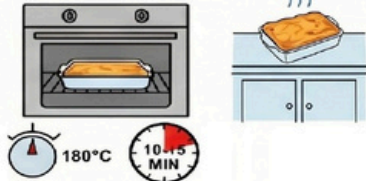


RECETA DE LASAÑA

INGREDIENTES:



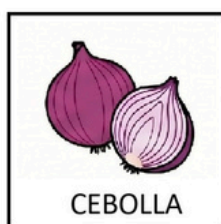
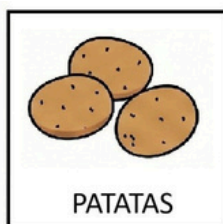
MODO DE PREPARACIÓN:

1  CORTAMOS LA CARNE EN TROCITOS.	2  CALENTAMOS LAS LÁMINAS EN AGUA CALIENTE SIN HERVIR, O SEGÚN INDIQUEN SUS INSTRUCCIONES.
3  FREÍMOS LA CARNE EN ACEITE Y AÑADIMOS LA SALSA DE TOMATE.	4  COLOCAMOS LAS LÁMINAS SOBRE UNA BANDEJA DE HORNO.
5  ECHAMOS LA SALSA DE TOMATE CON LA CARNE.	6  VAMOS PONIENDO CAPAS DE CARNE Y LÁMINAS DE PASTA.
7  EN LA ÚLTIMA CAPA PONEMOS QUESO.	8  HORNEAR 10 O 15 MINUTOS A 180 GRADOS. DEJAR ENFRIAR ANTES DE COMER.



RECETA DE TORTILLA DE PATATAS

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:

1  PELAR Y LAVAR LAS PATATAS.	2  CORTAR LAS PATATAS EN LÁMINAS.
3  PELAR Y TROCEAR LA CEBOLLA.	4  FREIR LA CEBOLLA Y LAS PATATAS CON MUCHO ACEITE Y ALGO DE SAL.
5  ESCURRIR EL ACEITE CON CUIDADO.	6  ECHAR LOS HUEVOS EN UN BOL Y BATIRLOS CON ALGO DE SAL.
7  MEZCLAR LAS PATATAS Y EL HUEVO.	8  FREIR CON UN POCO DE ACEITE LA MEZCLA Y CUANDO ESTÉ CUAJADA DARLE LA VUELTA CON UN PLATO Y FREÍR POR EL OTRO LADO.



RECETA DE TARTA DE GALLETAS LOTUS

INGREDIENTES:

 20 GALLETAS LOTUS	 MANTEQUILLA 60 g	 NATA PARA MONTAR 200 ml	 CREMA LOTUS 400 g	 QUESO CREMA 200 ml	 AZÚCAR 30 g
--	---	--	--	---	--

MODO DE PREPARACIÓN:

1  DERRETIMOS LA MANTEQUILLA EN EL MICROONDAS.	2  MACHACAMOS CASI TODAS LAS GALLETAS.
3  MEZCLAMOS LA MANTEQUILLA DERRETIDA CON LAS GALLETAS.	4  LO PONEMOS DE BASE DE NUESTRA TARTA EN UN RECIPIENTE.
5  BATIMOS LA NATA Y EL AZÚCAR HASTA QUE SE MONTEN.	6  MEZCLAMOS LA NATA, LA CREMA LOTUS Y EL QUESO CREMA.
7  PONEMOS LA MEZCLA SOBRE LA BASE DE GALLETAS.	8  DEJAMOS ENFRIAR AL MENOS 8 HORAS O DE UN DÍA PARA OTRO.
9  DESMOLDAMOS Y DECORAMOS CON LAS GALLETAS RESERVADAS.	10  SERVIMOS Y ¡A COMER!



RECETA DE AREPAS CON QUESO

INGREDIENTES:



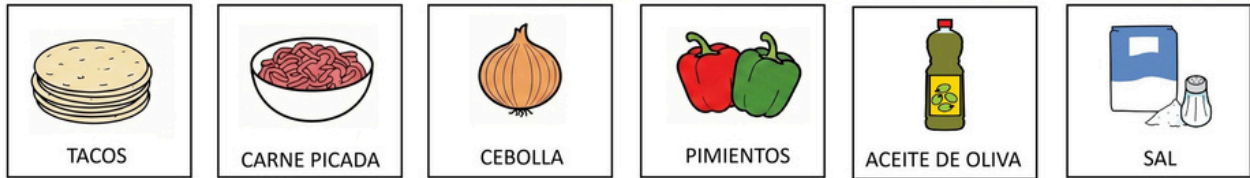
MODO DE PREPARACIÓN:

1  EN UN BOL ECHAMOS EL AGUA TIBIA Y LA SAL Y REMOVEMOS.	2  DERRETIMOS LA MANTEQUILLA Y LA AÑADIMOS.
3  AÑADIMOS EL QUESO MOZZARELLA RALLADO Y HARINA.	4  AMASAMOS DENTRO DEL BOL.
5  SEPARAMOS LA MASA EN BOLITAS Y LE DAMOS FORMA.	6  FREIMOS A FUEGO LENTO 5 MINUTOS POR LAS DOS CARAS HASTA QUE QUEDEN DORADAS.
7  DEJAMOS ENFRIAR Y RELLENAMOS AL GUSTO: CARNE, VERDURAS...	8  Y A DISFRUTARLAS.

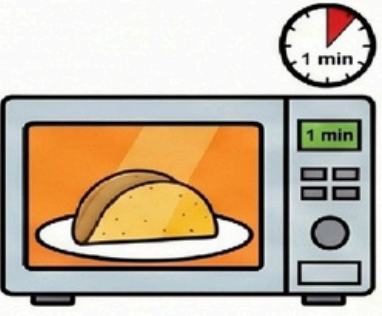


RECETA DE TACOS

INGREDIENTES:



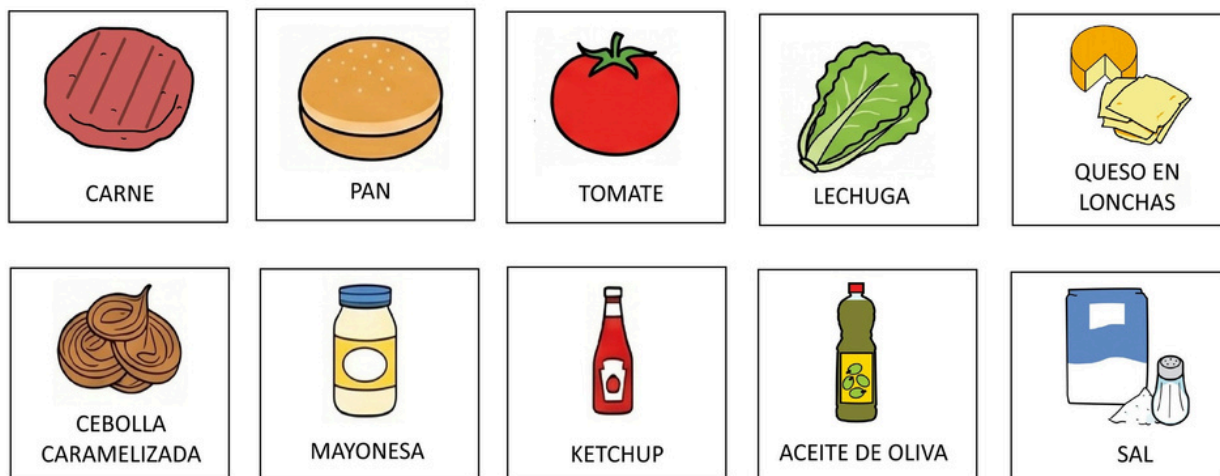
MODO DE PREPARACIÓN:

1  LAVAMOS LOS PIMIENTOS.	2  CORTAMOS LA CEBOLLA Y LOS PIMIENTOS EN TROCITOS.
3  PRIMERO FREIMOS CON ACEITE LA CEBOLLA Y LOS PIMIENTOS Y DESPUÉS AÑADIMOS LA CARNE CON SAL AL GUSTO.	4  RELLENAMOS LOS TACOS CON LO QUE HEMOS FRITO CUANDO ESTÉ FRÍO.
5 FREIMOS CON ACEITE LA CEBOLLA Y LOS PIMIENTOS PRIMERO Y DESPUÉS AÑADIMOS LA CARNE CON SAL AL GUSTO.  ENROLLAMOS EL TACO RELLENO.	6  CALENTAMOS EN EL MICROONDAS 1 MINUTO.

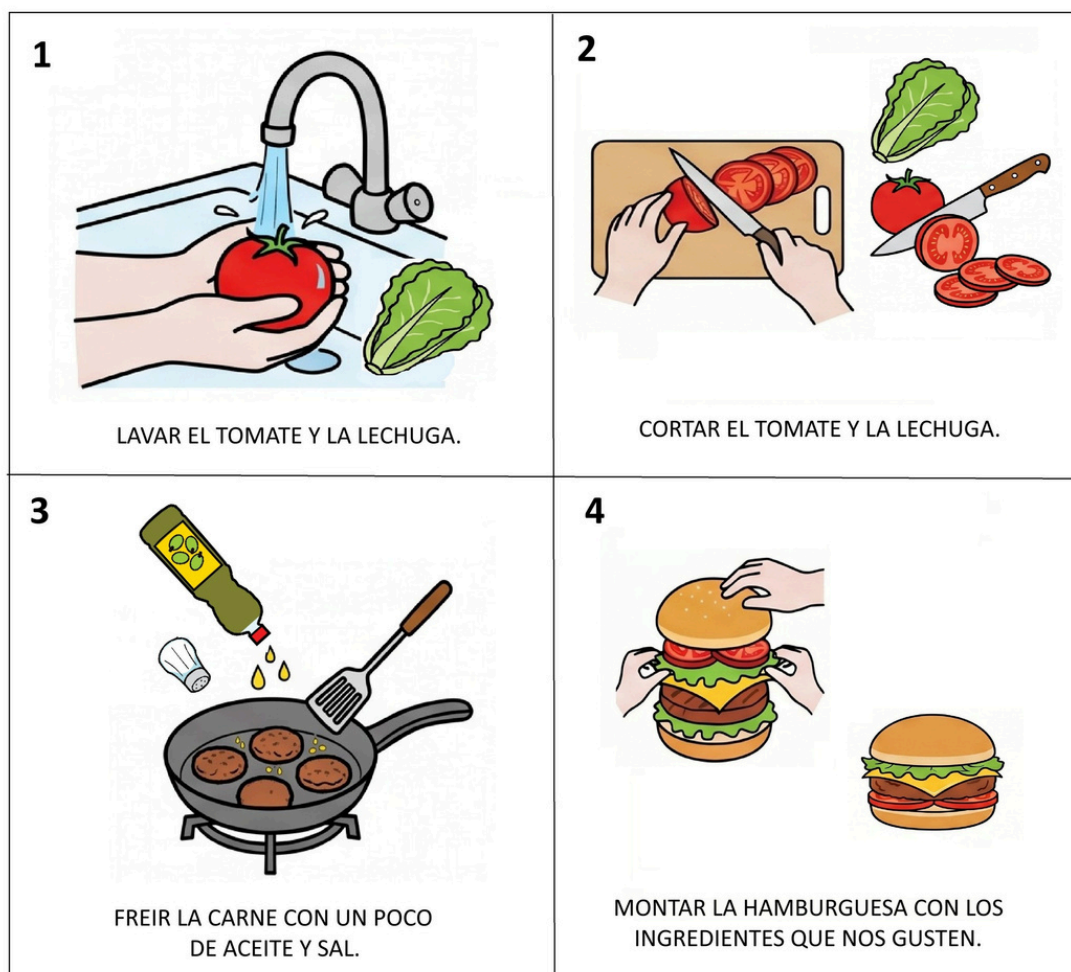


RECETA DE MINIHAMBURGUESAS

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:



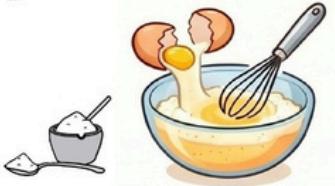


RECETA DE BROWNIES DE CHOCOLATE

INGREDIENTES:

 HARINA 80 g	 AZÚCAR 200 g	 HUEVOS 4	 MANTEQUILLA 200 g	 CHOCOLATE 250 g	 NUECES PICADAS 10	 PEPITAS DE CHOCOLATE
--	---	---	---	--	---	--

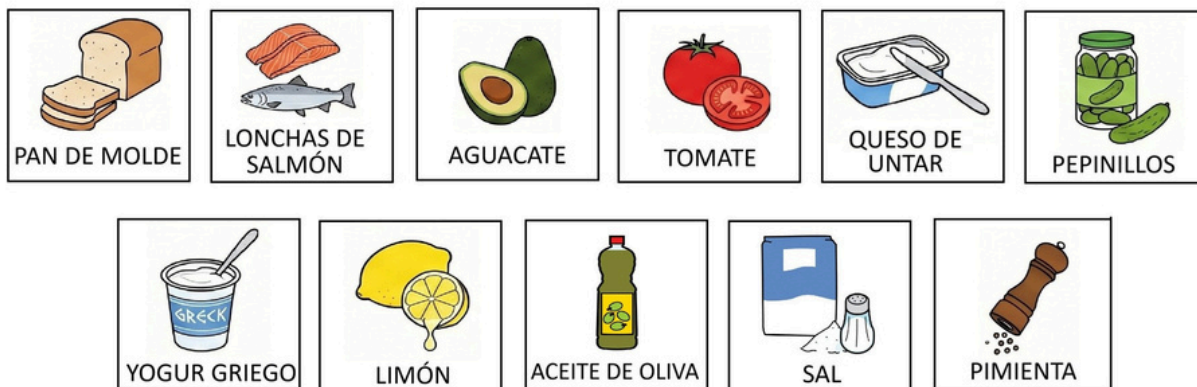
MODO DE PREPARACIÓN:

1  MEZCLAMOS LOS HUEVOS Y EL AZÚCAR.	2  FUNDIMOS LA MITAD DEL CHOCOLATE Y LA MANTEQUILLA SIN HERVIR.
3  MEZCLAMOS TODO: LOS HUEVOS, EL AZÚCAR, LA MANTEQUILLA Y EL CHOCOLATE.	4  AÑADIMOS LAS NUECES PICADAS, HARINA Y REMOVEMOS.
5  LO ECHAMOS EN UN MOLDE PARA HORNO Y AÑADIMOS ALGUNAS PEPITAS DE CHOCOLATE.	6  HORNEAMOS 35 MINUTOS A 180 GRADOS (EL HORNO PRECALENTADO).
7  DEJAMOS ENFRIAR SOBRE UNA REJILLA.	8  DECORAMOS CON EL RESTO DEL CHOCOLATE Y CON MÁS PEPITAS DE CHOCOLATE SI QUEREMOS.

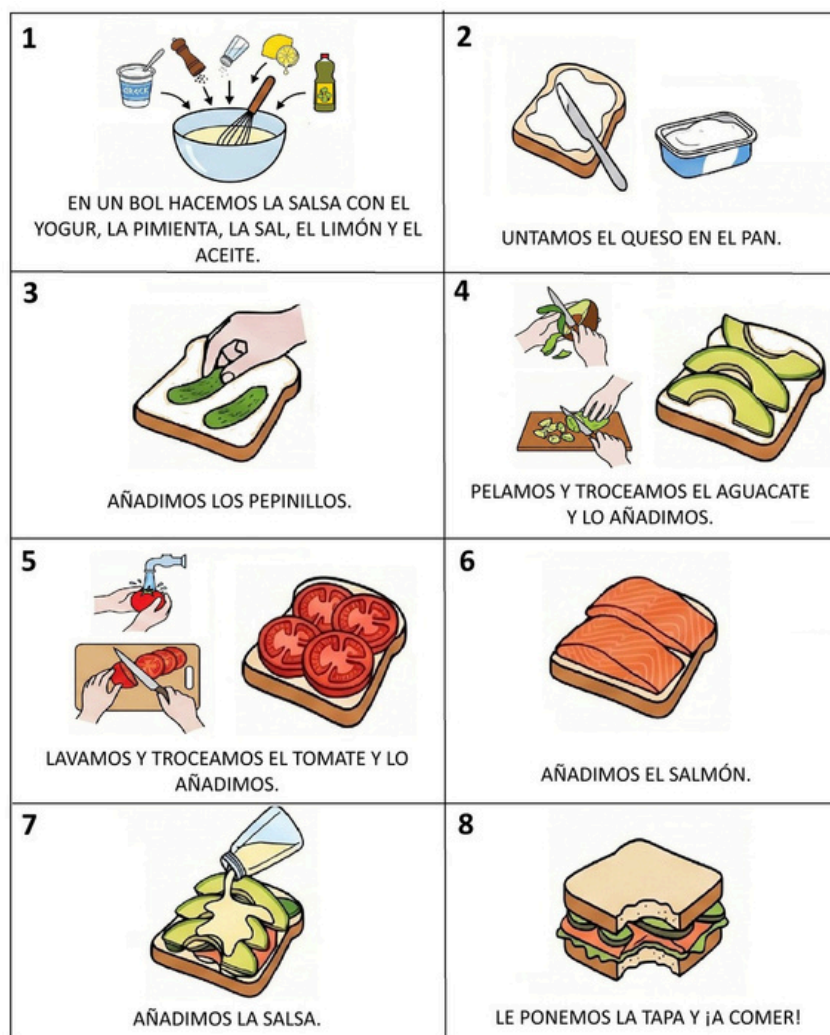


RECETA DE EMPAREDADO DE SALMÓN CON AGUACATE

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:





RECETA DE ENSALADA DE PASTA

INGREDIENTES:



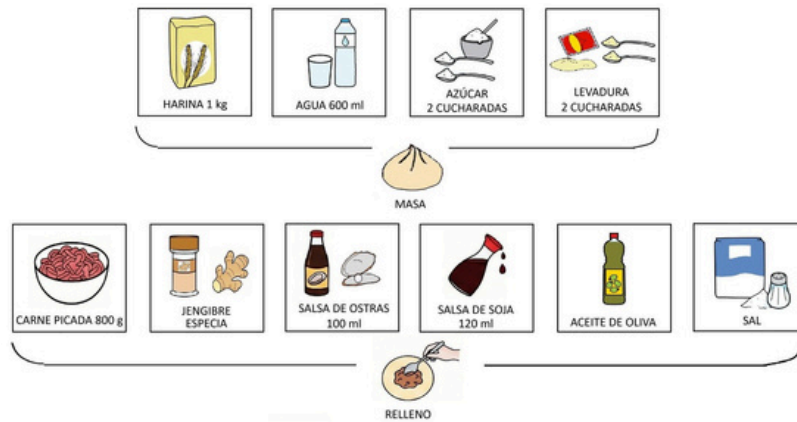
MODO DE PREPARACIÓN:





RECETA DE PAN BAOZI

INGREDIENTES:



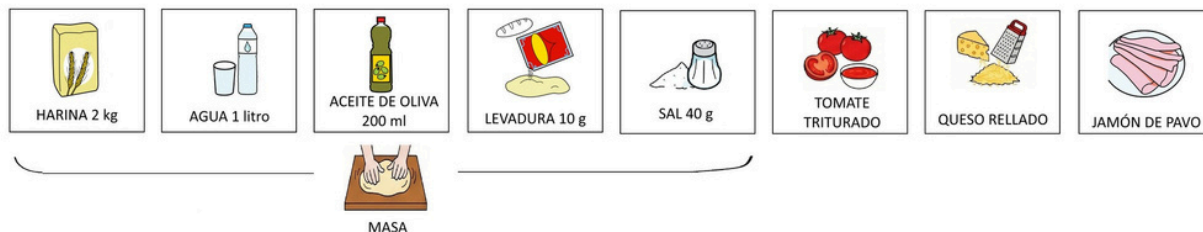
MODO DE PREPARACIÓN:





RECETA DE PIZZA

INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:

1 ECHAMOS EN UN BOL HARINA, ACEITE, AGUA, LEVADURA Y SAL.	2 MEZCLAMOS TODO MUY BIEN.
3 AMASAMOS SOBRE UNA MESA LIMPIA.	4 DEJAMOS LA MASA DENTRO DEL BOL TAPADA UN DÍA.
5 SACAMOS LA MASA DEL BOL, AMASAMOS Y APLANAMOS CON EL RODILLO.	6 LE PONEMOS EL TOMATE TRITURADO SOBRE LA MASA Y EL RESTO DE INGREDIENTES O LOS QUE NOS GUSTEN.
7 HORNEAMOS EN HORNO PRECALENTADO A 200 GRADOS 15 MINUTOS.	8 SACAMOS DEL HORNO, DEJAMOS ENFRIAR Y SERVIMOS.



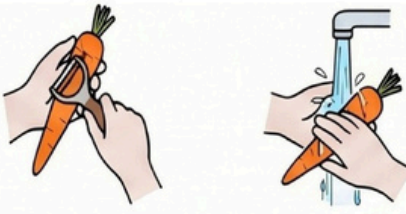
RECETA DE DULCE DE ZANAHORIA

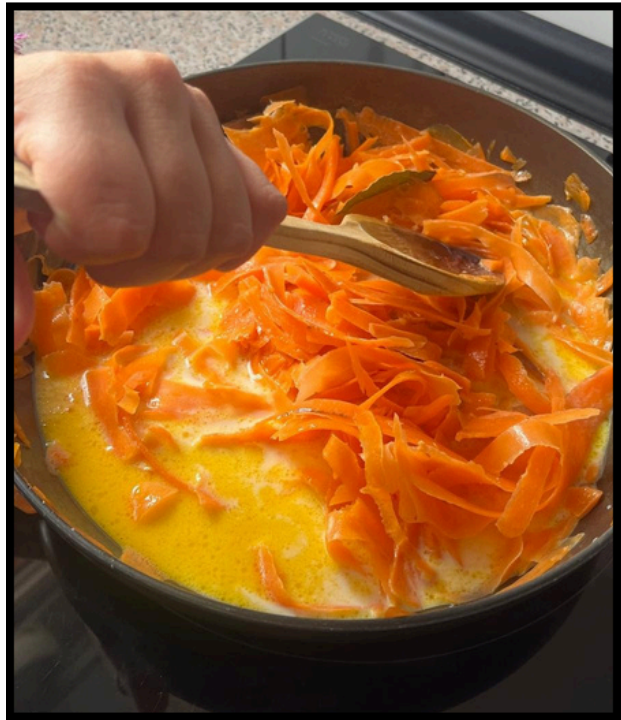
GAJAR HALWA

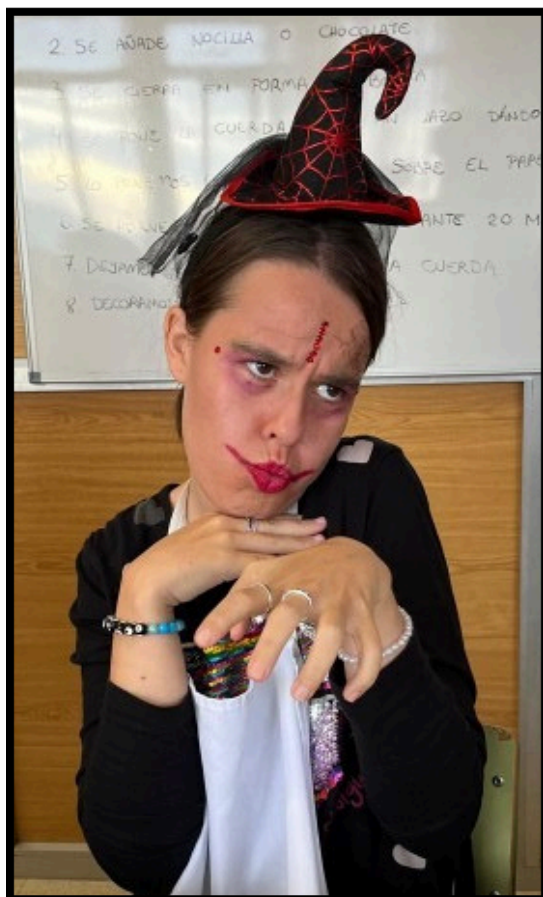
INGREDIENTES:



MODO DE PREPARACIÓN:

1  PELAMOS Y LAVAMOS LAS ZANAHORIAS.	2  CON EL PELADOR HACEMOS LÁMINAS DE LAS ZANAHORIAS.
3  EN UNA SARTÉN ECHAMOS Y CALENTAMOS LA MANTEQUILLA.	4  AÑADIMOS LAS LÁMINAS DE ZANAHORIA, UNA HOJA DE LAUREL Y REMOVEMOS.
5  AÑADIMOS LA LECHE Y REMOVEMOS 15 MINUTOS A FUEGO MEDIO.	6  AÑADIMOS LAS PASAS, EL AZÚCAR Y REMOVEMOS.
7  AÑADIMOS EL CARDAMOMO Y LAS ALMENDRAS MACHACADOS EN EL MORTERO Y REMOVEMOS.	8  SERVIMOS EN VARIOS BOLES PEQUEÑOS.







Este libro es un regalo para el alumnado del CEE Marqués de Vallejo y sus familias, para que puedan cocinar juntos en casa y que disfruten las recetas que más les gusten.

Autora: Beatriz Chavarri Navas
Profesora de Servicios a la Comunidad