

*La mayoría de nuestros menúes se cocinan al horno y utilizamos****rocío vegetal****(no usamos grasas de ningún tipo, ni manteca o margarina).*

***Todo 100% SANO****. Por lo tanto, no hay frituras en nuestras preparaciones.*

*Usamos aceite de arroz de alta calidad solamente para algunos menúes puntuales de los Tradicionales que nos piden a gusto (papas fritas por ejemplo que también las podemos elaborar al horno con rocío vegetal que quedan igual de ricas pero en versión más sana) o las bombas de papas.*

*Dichos menúes****no son aptos para adelgazar****ya que son bastante calóricos.*

*Si busca menúes para adelgazar entonces vaya a*

[***MENÚES LIGHT***](http://www.comidascomoencasa.com.uy/2014/01/menu-light-bajas-calorias.html)*y*[***MENÚES VEGETARIANOS***](http://www.comidascomoencasa.com.uy/2014/01/menu-vegetariano.html)

***Te recordamos que puedes elegir a gusto los menúes que quieras o bien nosotros te armamos una propuesta variada y balanceada acorde a tu perfil nutricional, gustos, patologías y requerimientos.***

**Puedes ver las**[**CARACTERÍSTICAS DE NUESTROS MENÚES**](http://www.comidascomoencasa.com.uy/p/menu.html)

**Dentro de**[**COMO USAR NUESTRAS VIANDAS**](http://www.comidascomoencasa.com.uy/2014/01/consejos-como-usar-nuestras-viandas.html)**, se explica detalladamente como descongelar (en heladera, agua fría o microondas) y calentar las viandas, sopas y ensaladas en general (en microondas, horno, baño maría, al fuego).**







Carnes:

Albóndigas con Arroz blanco o saborizado

Bife acebollado en barbacoa y mostaza con puré de papas

Bifes a la portuguesa

Bifes a la Criolla

Canelones de Carne (Con salsa blanca y/o de tomate)

Carne al verdeo con papas al horno

Carne a la cazadora con arroz blanco o papas hervidas

Churrasco con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Chorizo en Cazuela

Costillita de cerdo con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Guiso, Cazuela o Estofado

Hamburguesa napolitana con bombas de papas rellenas de jamón y queso

Hamburguesa napolitana con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Milanesa con limón y 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Milanesa napolitana con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Paella de arroz amarillo con pollo

Pan de Carne con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Pastel de Carne

Lasaña de carne

Zapallitos rellenos de carne y vegetales c/ salsa blanca

Empanadas

*(En las viandas simples van 2 empanadas y en las viandas plus van 4 empanadas con acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*) )*

**CARNE:**

Carne (Carne, Cebolla, Morrón y Condimentos)

Criollas (Carne, Aceitunas, Huevo, Cebolla, Morrón y Condimentos)

Popeye: Carne, Huevo y Espinaca

Mendocina (Carne, Aceitunas, Cebolla y Morrón)

Cordobesa (Carne, Huevo, Cebolla, Morrón y Pasas)

Turcas (Carne con Pasas y Aceitunas)

Americana (Carne, Panceta Ahumada, Huevo, Muzzarella)  
  
Árabe (Carne con Cebolla, Perejil, Tomate y Pimienta)

**QUESO:**

Queso, Aceitunas y Cebolla

Libanesa (Queso, Cebolla Cocida, Ajo y Perejil)

Napolitana: Jamón, Queso y Salsa de Tomate

Alemana (Queso, Frankfurter y Mostaza)

**JAMÓN:**

Jamón y Queso

Jamón, Pollo y Queso

Jamón y Choclo con Queso

Carioca (Jamón, Pollo, Tomate y Orégano Fundido en un delicioso queso cremoso requesón)

**VERDURA:**

Espinaca

Humitas: Choclo con Panceta y Salsa de Tomate

Vegetariana: Zapallito, Cebolla, Zanahoria y Morrón

Puerro (Puerro, Cebolla, Morrón, Salsa Blanca y Condimentos)

**DE LA CASA:**

*COMO EN CASA PICANTE*

(Carne, Aceitunas, Panceta, Cebolla, Morrón y Adobo)

*COMO EN CASA DE QUESO*

(Queso cremoso, Panceta y Cebolla)

*COMO EN CASA DE POLLO*

(Pollo, Queso cremoso y Aceitunas)

*COMO EN CASA GALLEGA*

(Atún Desmenuzado, Tomate al Natural y Aceitunas)

Tartas:

Tarta de pollo (jamón y choclo) con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tarta de jamón (queso y huevo) con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tarta de calabaza (jamón y queso) con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortillas:

Tortilla Española de Papas, Cebolla, Chorizo y Aceitunas con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Papas, Cebolla, Morrón y Pollo Picado con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Papas, Cebolla, Morrón y Carne Picada con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Papas, Cebolla, Morrón y Merluza Picada con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Papas, Jamón, Queso y Cebolla con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Zapallo, Morrón y Merluza Picada con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Zapallo, Morrón y Carne Picada con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Zapallo, Morrón y Pollo Picado con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Atún, Cebolla, Morrón y Perejil con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Tortilla de Acelga, Atún, Cebolla y Perejil con 1 acompañamiento a elección: arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Pastas:

Ñoquis a la Criolla

Ñoquis de papa con salsa

Tallarines a la parisienne con jamón, pollo y salsa blanca

Tallarines con tuco

Tallarines con albóndigas en salsa de tomate

Fideos tirabuzón a la crema con panceta y queso

Spaguetti con estofado

Ravioles con salsa Pomarola

Pollo:

Estofado de pollo

Pollo al limón con milhojas de papas

Pollo al curry con arroz

Pollo al horno en salsa con soufflé de zapallitos

Pollo en salsa de mostaza con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Patita de pollo con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Suprema de pollo napolitana con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Suprema de pollo con mix de papa, jamón y tomate

Suprema de pollo con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Medallón de pollo con tortilla de papas y zapallitos

Medallón de pollo con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Zapallitos rellenos de pollo y vegetales c/ salsa blanca

Pescado:

Posta de pescado con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Tarta de Atún con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)