



Cómo hacer
la mejor
PARRILLADA
7 recetas sencillas



¡PREPÁRATE para dominar el arte de la **PARRILLA!**

En este recetario te guiamos paso a paso para que armes la mejor carnita asada con recetas fáciles, accesibles y diversas: desde carne, pollo y pescado a la parrilla, hasta vegetales y salsas que le darán el toque final delicioso.

¡Enciende el fuego, sazona con Knorr® y prepárate para disfrutar de un momento de sabor inolvidable!

¡A cocinar!

CARNE *asada*

45 
minutos

X4 
porciones





INGREDIENTES:



Para la parrillada:

- 1 cucharada de Knorr® Res
- 2 cucharadas de romero fresco finamente picado
- 1 cucharada de paprika
- 1/2 cucharada de pimienta negra en grano
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 600 gramos de filetes de rib eye
- 2 cucharadas de aceite

PROCEDIMIENTO

1. Mezcla Knorr® Res con el romero, la paprika, la pimienta y el ajo.
2. Unta el rib eye con la mezcla anterior por ambos lados; procura que la carne quede bien cubierta.
3. Calienta la parrilla y unta un poco de aceite. Cocina el filete durante 5 minutos por lado. Voltea sólo una vez.



TIP:

El tiempo de cocción de la carne depende del término que desees. Recomendamos el término medio para que la carne quede jugosa. Deja reposar la carne durante 5 minutos después de sacarla de la parrilla y antes de cortarla para que no se desjugo.

PESCADO *a la parrilla*

25 
minutos

X2 
porciones





INGREDIENTES:



Para la parrillada:

- 1 cucharada de Caldo De Pollo Knorr® En Polvo
- ½ cucharadita de pimienta negra molida
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharada de tomillo seco
- 1 huachinango entero y limpio
- 1 limón, en rebanadas
- 6 ramitas de hinojo fresco



PROCEDIMIENTO

1. Precalienta la parrilla o el asador.
2. Mezcla el Caldo De Pollo Knorr® En Polvo con la pimienta molida, el ajo en polvo y el tomillo.
3. Limpia y seca muy bien el interior del pescado. Sazona por todos lados con la mezcla anterior.
4. Coloca las rebanadas de limón y ramitas de hinojo al interior del pescado.
5. Envuelve el pescado en papel aluminio pero antes coloca otras rebanadas de limón encima.
6. Cocina el pescado en el asador durante media hora o hasta que el pescado esté suave. Lo mejor es que el asador esté tapado, así se cocinará más rápido.
7. Retira el pescado del asador y deja que repose durante 5 minutos antes de destaparlo y servir.



TIP: Puedes hacer esta receta con diferentes tipos de pescado: huachinango, mojarra, robalo, macarela, etc.

ENSALADA DE *pollo a la parrilla*

90 
minutos

X4 
porciones



INGREDIENTES:



Para marinar el pollo:

- El jugo de una naranja
- 1 cucharada de ralladura de limón
- 1 cucharada de Caldo De Pollo Knorr®
- 1 cucharada de ajo en polvo
- 2 cucharadas de perejil fresco, picado
- 1 cucharada de cilantro fresco, picado
- ¼ de taza de aceite de oliva
- 1 pizca de pimienta
- ½ cucharadita de paprika
- 1 kilo de pollo (pechugas, alitas, muslos y/o piernas) limpio



Para la ensalada:

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharadita de vinagre de manzana
- 1 cucharadita de Caldo De Vegetales Knorr® 100% Natural En Polvo
- 1 lechuga sangría
- 4 tazas de espinaca baby
- 3 jitomates, en trozos pequeños
- 1 pepino, en rebanadas
- 1 aguacate
- 4 cucharaditas de ajonjolí negro

PROCEDIMIENTO



Para el pollo:

1. Mezcla todos los ingredientes para marinar el pollo, integra las piezas de pollo y deja reposar en refrigeración, tapado, durante una hora.
2. Precalienta la parrilla a fuego medio y pon a cocer el pollo, tapado (si el asado no tiene tapa puedes usar papel aluminio) durante 35 minutos por lado o hasta que esté bien cocido.
3. Retira el pollo de la parrilla, déjalo reposar durante 10 minutos y luego corta el pollo en trozos pequeños.



Para servir:

1. Mezcla el aceite de oliva con el vinagre y el Caldo De Vegetales Knorr® 100% Natural En Polvo.
2. Arma la ensalada mezclando lechuga, espinacas, jitomate, pepino y aguacate. Adereza con la mezcla anterior, sirve el pollo a la parrilla y termina con ajonjolí negro. ¡Listo! ¡Disfruta!



TIP: Recuerda dejar reposar el pollo unos 10 minutos antes de partirlo, así evitarás que se desjugue

BROCHETAS DE *verduras a la parrilla*

35 
minutos

X4 
porciones





INGREDIENTES:



Para las brochetas:

- 1 pimiento morrón rojo, en trozos medianos
- 1 pimiento morrón verde, en trozos medianos
- 1 pimiento morrón amarillo, en trozos medianos
- 1 cebolla morada, en trozos medianos
- 8 tomates cherry
- 200 gramos de queso panela, en trozos medianos
- 1 cucharada de Caldo De Vegetales Knorr® En Polvo
- 1/4 taza de vinagre balsámico
- 8 palitos para brocheta
- 2 cucharadas de aceite de olivo

PROCEDIMIENTO

1. Arma las brochetas intercalando un pedazo de cada vegetal y un pedazo de queso.
2. Aparte, mezcla el Caldo De Vegetales Knorr® En Polvo con el vinagre balsámico.
3. Cuando la parrilla esté bien caliente, coloca las brochetas de verduras con un poco de aceite y barniza con la mezcla anterior. Dale la vuelta mientras se cocinan y barnízalas constantemente. Deja que se cocinen durante 20-25 minutos o hasta que las verduras estén bien cocidas.
4. Sirvelas inmediatamente como guarnición de una carne, pescado o pollo asado a la parrilla.



TIP: Puedes poner otras verduras que te gusten, como champiñones o berenjenas. Lo mejor es que utilices verduras que se lleven más o menos el mismo tiempo en cocerse.

PARRILLADA *de mariscos*

35 
minutos

X4 
porciones



INGREDIENTES:



Para la parrillada:

- 2 cubos de Caldo de Pollo Knorr®
- 1 litro de agua caliente
- 500 g de camarones grandes, pelados y desvenados
- 500 g de calamares, limpios y cortados en aros
- 500 g de mejillones
- 1 cebolla, en rodajas
- 2 pimientos rojos, cortados en tiras
- 2 pimientos verdes, cortados en tiras
- 2 limones, cortados en rodajas



Para el aderezo:

- 4 dientes de ajo, picados
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharadita de pimienta
- 1 cucharada de Caldo De Pollo Knorr®
- 1 cucharada de perejil fresco picado



PROCEDIMIENTO



Para los mariscos a la parrilla:

1. En un recipiente disuelve los cubos de Caldo de Pollo Knorr® en un litro de agua caliente.
2. Coloca los camarones, calamares y mejillones en un recipiente hondo y vierte el caldo de pollo preparado sobre ellos. Asegúrate de que todos los mariscos estén bien cubiertos. Deja marinar durante al menos 30 minutos en el refrigerador.
3. Precalienta la parrilla a fuego medio-alto.
4. Retira los mariscos del marinado. Ensarta los camarones, calamares, mejillones y almejas en brochetas alternando con las rodajas de limón, cebolla y pimientos.
5. Coloca las brochetas en la parrilla caliente y cocina durante unos 3-4 minutos por cada lado o hasta que los mariscos estén bien cocidos y ligeramente dorados. Asegúrate de voltear las brochetas para que se cocinen de manera pareja.



Para el aderezo de limón:

1. En un recipiente aparte, mezcla el ajo picado con aceite de oliva, pimienta al gusto y el Caldo De Pollo Knorr®.



Para servir:

1. Una vez listas, retira las brochetas de la parrilla y colócalas en una bandeja. Rocía el aderezo sobre los mariscos y espolvorea perejil fresco picado por encima.
2. Sirve la parrillada de mariscos caliente junto con una ensalada verde ¡Disfruta!



TIP: Agrega un toque de limón adicional al momento de servir. Exprime jugo de limón fresco sobre los mariscos justo antes de comer.

HAMBURGUESAS *a la parrilla*

35 
minutos

X6 
porciones



INGREDIENTES:



Para las hamburguesas:

- 750 gramos de carne molida de res
- 1 cucharada de Caldo De Pollo Knorr® en polvo
- ½ taza de cebolla finamente picada
- ¼ de cucharadita de pimienta negra molida
- 1 cucharada de mostaza
- 2 cucharadas de perejil fresco, picado
- 1 huevo
- 1 cucharada de Fécula De Maíz Maizena®
- 3 cucharadas de aceite



Para servir:

- 6 panes de hamburguesa
- 6 cucharadas de Hellmann's® Clásica
- 1 pieza de jitomate rebanado
- ½ pieza de cebolla morada en aros



PROCEDIMIENTO



Para las hamburguesas:

1. Mezcla la carne molida con el Caldo De Pollo Knorr® En Polvo, la cebolla, la pimienta, la mostaza, el perejil, el huevo y la Fécula De Maíz Maizena®.
2. Amasa hasta que tengas una mezcla homogénea. Con la mano, forma 6 hamburguesas del mismo tamaño.
3. Calienta la parrilla a fuego alto y barniza con un poco de aceite. Barniza las hamburguesas con aceite también y cócinalas durante 5 minutos por cada lado (depende del término que cocción que quieras).



Para servir:

1. Calienta los bollos en la parrilla y unta cada tapa con una cucharada de Hellmann's® Mayonesa Clásica.
2. Monta las hamburguesas con el jitomate y la cebolla. ¡Disfruta inmediatamente!



TIP:

Puedes elegir el término de cocción de tus hamburguesas y de eso depende el tiempo que las debes dejar en la parrilla. Recomendamos término medio o $\frac{3}{4}$ para que queden jugosas y no se resequen.

VERDURAS A LA *parrilla con aderezo de limón*

25 
minutos

X4 
porciones



INGREDIENTES:



Para las verduras a la parrilla:

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharada de Caldo De Vegetales Knorr® En Polvo
- 1 cucharadita de pimienta
- 2 pimientos rojos, en trozos medianos
- 1 calabaza mediana, en trozos medianos
- 1 berenjena grande, en trozos medianos
- 3 zanahorias, en trozos medianos



Para el aderezo de limón:

- 2 limones (jugo y ralladura)
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 2 dientes de ajo, picados
- 1 cucharadita de mostaza Dijon
- 1 cucharada de Caldo De Vegetales Knorr® En Polvo
- 1 cucharadita de pimienta



Para servir:

- 1 cucharada de perejil fresco, picado

PROCEDIMIENTO



Para las verduras a la parrilla:

1. Precalienta la parrilla a fuego medio-alto.
2. Mezcla el aceite de oliva con el Caldo De Vegetales Knorr® En Polvo y la pimienta. Vierte esta mezcla sobre las verduras y asegúrate de que estén bien cubiertas.
3. Coloca las verduras en la parrilla caliente y cocina durante unos 5-7 minutos por cada lado, o hasta que estén tiernas y ligeramente doradas. Voltea las verduras con cuidado para que se cocinen de manera pareja.



Para el aderezo de limón:

En un tazón pequeño, mezcla el jugo y la ralladura de limón, el aceite de oliva, el ajo picado, la mostaza Dijon, el Caldo De Vegetales Knorr® En Polvo y la pimienta.



Para servir:

Una vez que las verduras estén listas, retíralas de la parrilla y colócalas en una bandeja. Rocía el aderezo de limón sobre las verduras asadas. Espolvorea perejil fresco picado por encima para darle un toque de frescura adicional.



TIP: Estas verduras son deliciosas acompañadas de arroz, quinoa o pan crujiente.