

# **Recetas para preparar los alimentos para la prueba de provocación o exposición oral**

**Grupo de Trabajo de Alergia Alimentaria**

# Taller práctico

(presentado en el XXXII Congreso de la SEICAP, celebrado en Bilbao en 2008)

**Dr. Luis Echeverría**

*Hospital Severo Ochoa Leganés, Madrid*

**Dra. Mónica Piquer**

*Hospital Sant Joan de Déu, Barcelona*

**Recetas: Sra. Patricia Letelier**

*Cocinera del Hospital Sant Joan de Déu, Barcelona*

# Proteína de leche de vaca

- **Activo:**

- 125 cc de leche muy caliente
- 3 cucharadas de puré de patata
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Se tritura todo y se añade:
  - colorante amarillo
  - 1 cucharada de soja en polvo

- **Placebo:**

- 125 cc de agua muy caliente
- 3 cucharadas de puré de patata
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Se tritura todo y se añade:
  - colorante amarillo
  - 2-3 cucharadas de soja en polvo.

# Huevo crudo

- 2 cucharaditas de chocolate
- 160 cc de agua
- 15 gr de maicena
- 30 gr de azúcar
- Se pone a hervir el agua, se deja una parte para diluir la maicena. Una vez hierve se agrega el resto del agua con la maicena y el azúcar. Que hierva 5 minutos, sin dejar de remover se enfría.
- **Activo:**
  - En un bol, se bate el huevo crudo y se agrega el chocolate y el preparado de maicena.
- **Placebo:**
  - Al preparado de maicena se añade el chocolate.

NOTA: Si alergia al chocolate, se puede sustituir por zanahoria o calabaza, y una cucharadita de jugo de carne.

# Huevo cocido

- ½ naranja pelada, ½ plátano
  - 10 gr de azúcar
  - 1 cucharadita de café de vainilla azucarada
  - unas gotas de limón
- 
- **Activo:**
    - yema o clara cocidas
    - se coloca todo en el vaso de pimer y se tritura
  - **Placebo:**
    - se tritura en el pimer
    - se simula la textura con maicena (preparación en receta anterior).

# Pescado blanco

- **Placebo:**

- 40 gr de pollo y 20 gr de jamón serrano
- 80 cc de agua
- 1 cucharada de cebolla triturada
- 15 gr de harina blanca
- ½ cucharadita de jugo Maggi

– Poner en un cazo la cebolla, el jamón y la harina, se rehoga 5 minutos, se añade el agua con el pollo triturado, se revuelve 7 minutos.

Se enfría la masa y se hacen las croquetas.

- **Activo:**

- 50 gr de pescado, se hierve con laurel y piel de naranja
- El pescado se tritura con 20 gr de pollo en 80 cc de agua
- Resto de preparación igual.

# Huevo cocido-1

- **Puré de zanahorias y patata:**
  - 50 g de patata
  - 50 g de zanahoria
  - 2 cc de aceite de oliva
  - se cuece 15 minutos en agua ± sal
  - batidora: 100g verdura + 125cc agua de cocer
  - 1 yema cocida en 120cc de puré
  - 1 clara cocida/cruda en 120cc de puré.

# Huevo cocido-2

- **Yogurt de plátano o limón:**
  - 1 yogurt
  - 10-30 cc de leche de vaca o soja
  - azúcar
  - batidora:
    - yema o clara con la leche
    - se añade el yogurt.



# Proteína de leche de vaca-1

- **Puré de patatas con PLV:**
  - 100cc agua
  - 2 cucharadas soperas leche Sveltesse (equivalentes a 200 cc de leche)
  - 4 cucharadas soperas de puré de patata
  - 1 cucharada de postre de aceite de oliva
- **Puré de patatas sin PLV:**
  - 100cc agua
  - 1 cacito de Prosobee
  - 5 cucharadas soperas de puré de patata
  - 1 cucharada de postre de aceite de oliva
- **Microondas (900W) 3 minutos.**

# Proteína de leche de vaca-2

- $\frac{3}{4}$  de vaso de arroz cocido en 5 vasos de agua
- **Arroz con PLV:**
  - 100cc agua de cocción del arroz
  - 2 cucharadas soperas leche Sveltesse
  - 9 cucharadas de arroz
  - 4 cucharadas de postre de azúcar moreno
- **Arroz sin PLV:**
  - 100cc agua
  - 1 cacito de Prosobee
  - 9 cucharadas de arroz
  - 4 cucharadas de postre de azúcar moreno
- **Microondas (900W) 2-3 minutos**
- **Se espolvorea con canela.**