

# GRANADA



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

## Propiedades

El escaso contenido de hidratos de carbono y la gran presencia de agua hacen que su valor calórico sea muy bajo. Aporta potasio, ácidos cítrico y málico.

Posee acción antioxidante, astringente y antiinflamatoria. Se come fresca y en ensaladas.

Es la base para la elaboración de la granadina, bebida que no contiene alcohol. Se emplea en cócteles para endulzar y dar color.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

La granada (*Punica granatum*) es el fruto comestible del granado, árbol de la familia de las Lythraceae de tipo arbustivo. El fruto es redondeado, posee una piel gruesa de color entre naranja y roja.

Contiene granos rojos y jugosos, rodeados de una pulpa de color rubí.

Su cultivo está extendido por diversos países de Europa, Asia y América. España es uno de los principales productores del mundo y el mayor exportador europeo.

En Mendoza hay pocas hectáreas situadas en su gran mayoría en San Rafael. Maipú es el otro departamento donde se cultiva.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

## Cómo elegir

Es importante que la piel esté dura, tersa, sin cortes ni magulladuras.

Preferir los ejemplares de buen tamaño. A temperatura ambiente, se mantiene en buenas condiciones durante una semana.

En la heladera, se conserva por tres semanas aproximadamente.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

## **Granada al vino**

Ingredientes: 2 granadas, 125 ml de vino dulce, 1 copa de grapa, 1 vaso de vino rosado, 75 g de azúcar, 1 rama de canela y hojas de menta c/n.

Preparación: reducir el vino rosado con el azúcar, la canela y la grapa. Enfriar y macerar en este líquido la granada durante 2 horas con las hojas de menta. Añadir el vino dulce y servir en copas.

## **Ensalada de escarola con granada**

Ingredientes: 1 granada, 1/2 planta de escarola, 1 diente de ajo, aceite de oliva, aceto, sal y pimienta c/n.

Preparación: en una ensaladera colocar la escarola trozada y esparcir por encima la granada. Hacer una vinagreta, aliñar y servir.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

## Granada al yogur

Ingredientes: 2 granadas, 75 g de ricota, 1 yogur natural, 1 sobre de gelatina sin sabor, jugo de media naranja, 3 cucharadas de azúcar.

Preparación: mezlar en un bol el azúcar, una granada, la ricota y el yogur. Reservar.

En una olla calentar el jugo de naranja con 1/2 sobre de gelatina. Colocar en un molde y llevar a la heladera durante 2 horas.

Mixear la granada restante y llevar el jugo colado al fuego con una cucharada de azúcar y la gelatina restante. Volver a colar.

Sacar de la heladera la preparación anterior y verter por encima. Llevar nuevamente a la heladera hasta endurecer.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

## **Berenjena asada con granada**

Ingredientes: 2 berenjenas, 200 ml de yogur natural, 1/2 granada desgranada, 1 diente de ajo, tomillo, aceite de oliva y sal c/n.

Preparación: cortar las berenjenas a lo largo, colocarlas sobre una bandeja de horno y hacer cortes en forma de diamantes. Rociar con aceite de oliva, sal y tomillo y hornear durante 40 minutos.

Para la salsa: mezclar el yogur con un cucharada y media de aceite, una pizca de sal y el diente de ajo machacado. Dejar reposar.

Al servir las berenjenas, salsear y espolvorear con un poco de tomillo.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

## Bizcocho sin huevo

Ingredientes: 120 g de azúcar, 5 cucharadas soperas de aceite, 250 g de harina leudante, 170 ml de leche, ralladura de 1 naranja, ralladura de 1 limón, 1 cucharada de azúcar, 1 cucharadita de levadura y media granada.

Preparación: batir el azúcar con el aceite, agregar la leche y el azúcar juntamente con las ralladuras. Tamizar la harina con la levadura e incorporar a la preparación en tres veces, batiendo bien. Volcarlo en un molde, previamente enharinado, esparcir la granada y hundirlas en la preparación. Llevar al horno precalentado durante 30 minutos. Hacer la prueba del palillo para comprobar que está cocido.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

## Mermelada de Granada

Ingredientes: ralladura de 1 limón, una cucharada de canela en polvo, azúcar y granadas c/n.

Preparación: mixear las granadas y colocarlas en una olla con una tercera parte de agua. Hervir durante 20 minutos y colar. Pesar el puré y agregar 600 g de azúcar por cada kilo de puré obtenido.

Incorporar la ralladura y la canela. Cocinar a fuego medio y revolver hasta obtener la textura deseada.

## Granada fresca

Ingredientes: 5 granadas, 2 sobres de gelatina sin sabor, 1 manzana, 2 yogures naturales, azúcar y menta para decorar c/n.

Preparación: mixear las granadas y colocar en una olla con la gelatina. Agregar una cucharada de azúcar. Hervir hasta espesar y colocar en vasos altos. Llevar durante 3 horas a la heladera. Pelar la manzana y sacarle las semillas. Mezclar los yogures con azúcar a gusto. Añadir a los vasos. Decorar con hojas de menta.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

## Granita

Ingredientes: 3 tazas de jugo de granada, ½ taza de granadina, jugo de 2 limones y 2 cucharadas de grapa (se puede omitir para un postre para niños).

Preparación: mezclar el jugo de granada, la granadina, el jugo de limón y la grapa. Llevar la mezcla al freezer durante una hora, luego retirar. Utilizar un tenedor para mezclar y remover bien. Llevar de nuevo al freezer y repetir el proceso de removerlo una hora más tarde. Tener en cuenta que comenzará a endurecerse lo que permitirá obtener la textura de cristal granizado. Repetir una vez más. Antes de consumirlo, reposar a temperatura ambiente unos minutos antes de servir.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA