

# CEREZA



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

Nombre Científico: Prunus avium

Familia: Prunus

Variedades: El 55% por ciento de la superficie cultivada en la Provincia es de la variedad Bing. Completan el total 27 variedades restantes.



Estacionalidad: Desde mediados de noviembre hasta diciembre. Es un fruto primicia, que se encuentra en el mercado en las fiestas de fin de año.

Superficie y zonas cultivadas: 1.150 ha  
El 68% se ubica en el Valle de Uco, un 28% en la región Norte y un 4% en el resto de la Provincia.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

**Propiedades:** Conocida como la súper fruta, contiene antioxidantes llamados antocianinas que ayudan en la reducción de enfermedades cardíacas y de cáncer. Son una excelente fuente de betacaroteno. Ricas en vitaminas C, E, minerales y fibra.



**Cómo seleccionarlas y conservarlas:** Preferir las que tengan un color rojo oscuro o negro vivo. Deben estar limpias y tener una piel firme, brillante, entera, sin roturas ni imperfecciones. Sus tallos deben ser verdes y frescos. Por lo general, son las cerezas de mayor tamaño y más carnosas las que mejor sabor ofrecen. Para conservarlas conviene guardarlas en la heladera sin lavar ni tapar; pueden durar hasta dos semanas. Se pueden freezar frescas o en un almíbar ligero.

Se pueden consumir en almíbar con crema, como mermeladas, en mousses, tartas, postres y en coctelería.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

# Licor de cerezas

## Ingredientes

1/2 kilo de cerezas descaroizadas

250 ml de agua

250 g de azúcar

Aguardiente c/n

## Preparación

Mixear las cerezas y extenderlas en una bandeja. Cubrir con un paño y dejar fermentar durante tres días en un lugar fresco y oscuro (no en la heladera).

Pasado ese tiempo, en un recipiente añadir el aguardiente y las cerezas. Dejarlo macerar durante dos meses. Después de ese tiempo, filtrar el alcohol y preparar un almíbar con el agua y el azúcar. Cuando enfríe agregárselo al alcohol y esperar quince días antes de poder consumirlo. Guardar en la heladera.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**



# Copa helada de cereza

## Ingredientes

20 cerezas maduras descaroizadas

250 g de queso crema

200 ml de crema de leche

3 cucharadas sopera de azúcar

Salsa de cerezas c/n

## Preparación

Batir la crema a punto chantilly con el azúcar y mezclar con el queso. Reservar.

Colocar en vasos chicos, alternando la mezcla con capas de cerezas. Decorar con salsa y cerezas. Llevar a la heladera por lo menos durante 2 horas antes de servir.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

# Ensalada roja y amarilla

## Ingredientes

20 cerezas maduras descaroizadas

12 tomatitos cherry

2 tomates perita

150 g de queso feta

1 cucharadita de azúcar

Albahaca fresca, aceto balsámico, sal y aceite de oliva c/n

## Preparación

Cocinar 6 cerezas durante 5 minutos en una olla con 3 cucharadas de agua y el azúcar. Colarlas con el jugo resultante. Mezclar con el aceto, el aceite de oliva y la sal, para hacer una vinagreta de cerezas.

En un plato colocar los cherry cortados por la mitad, el resto de las cerezas, los tomates perita en cuartos y el queso feta cortado en cuadraditos. Decorar con albahaca y verter la vinagreta.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

# Clafoutis de cerezas

## Ingredientes

350 ml de crema de leche, 5 huevos, 165 g de azúcar, 100 g almendras molidas, 30 g harina leudante, 400 g de cerezas, vainillín y azúcar impalpable c/n

## Preparación

Batir los huevos, la crema, el azúcar, la harina, las almendras molidas y el vainillín hasta obtener una crema homogénea. Cubrir el recipiente y reservar en el frío hasta el momento de hornear.

Enmantecar y enharinar un molde de tarta, verter la masa y luego las cerezas secas (dejándoles el carozo porque durante el horneado se potencia el sabor de la fruta). Llevar a horno precalentado durante 35 minutos hasta que la masa esté cocida y la superficie del Clafoutis dorada.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA

# Mousse griego de cerezas

## Ingredientes

300 g de cerezas descaroizadas, 2 yogures griegos, 4 cucharadas de azúcar, 1 clara de huevo, 1 sobre de gelatina sin sabor, 4 cucharadas de agua y sal c/n

## Preparación

Batir las cerezas con los yogures hasta obtener una crema homogénea. Reservar.

Batir la clara de huevo a punto nieve con una pizca de sal. Cuando empiece a montarse, agregar el azúcar y continuar batiendo hasta obtener un merengue firme. Mezclarle la gelatina diluída.

Colocar el merengue de a poco, con movimientos envolventes.

Verter la crema en copas frías, llevar a la heladera durante 5 horas hasta que la mousse tome cuerpo.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

# Guindas confitadas

## Ingredientes

1 kg de guindas frescas, 750 ml de agua y 1 kg de azúcar

## Preparación

Meter las guindas un par de minutos en agua hirviendo. Ecurrir inmediatamente y con mucho cuidado descaroar.

Mezclar el agua y el azúcar. Llevar a fuego suave hasta conseguir un almíbar espeso, a punto de hilo o hebra. Luego agregar las cerezas y cocinar durante 8 minutos. Retirar del fuego, dejar templar y pasar las cerezas con el almíbar en recipientes de vidrio.

Dejarlos destapados hasta el día siguiente. Espolvorear con una par de cucharadas de azúcar. Cerrarlos y esterilizarlos a baño maría durante 15 minutos. Conservar en la heladera.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
**ARGENTINA**

# Cóctel de cerezas

## Ingredientes

500 g de cerezas descaroizadas

750 ml de gaseosa sabor lima limón

Jugo de 1 limón

Azúcar y agua mineral c/n

## Preparación

Poner las cerezas en la licuadora y escurrir bien su jugo. Mezclar con la gaseosa y llevar al frío. Agregar el limón, el azúcar y un poco de agua fría. Batirlo hasta convertirlo en espuma. Una vez bien frío, verter en copas y decorar con la espuma y cerezas.



Ministerio de Economía,  
Infraestructura y Energía



**MENDOZA**  
ARGENTINA