

**PROGRAMA NACIONAL DE  
BIBLIOTECAS ITINERANTES**

**CONTENIDOS LOCALES**



**MANUAL PARA OBTENER MANTEQUILLA  
A PARTIR DE LA NATA DE LECHE.**

**BIBLIOTECA RURAL INTINERANTE  
MANANTIAL DEL CONOCIMIENTO GARAVITO SABOYA**

**2020**

## INTRODUCCION.

Siempre nos hemos preocupado por hacer rendir nuestro presupuesto en cuanto a gastos de la casa; esta es una forma de obtener un producto natural y muy usado en la preparación de alimentos ( la mantequilla ) ayudándonos a ahorrar algo de dinero.

Nuestros ancestros lo hacían y dejaron este legado de conocimiento que quiero compartir con nuestros lectores y amantes de la cocina. Conocimiento que aprendí de mi tía materna Teocrita Cortés.

He querido elaborar un manual para obtener la mantequilla a partir de la nata de leche, de manera artesanal. Que pueda aportar a nuestras familias un elemento económico y natural libre de conservantes.

Espero que les sea de utilidad.

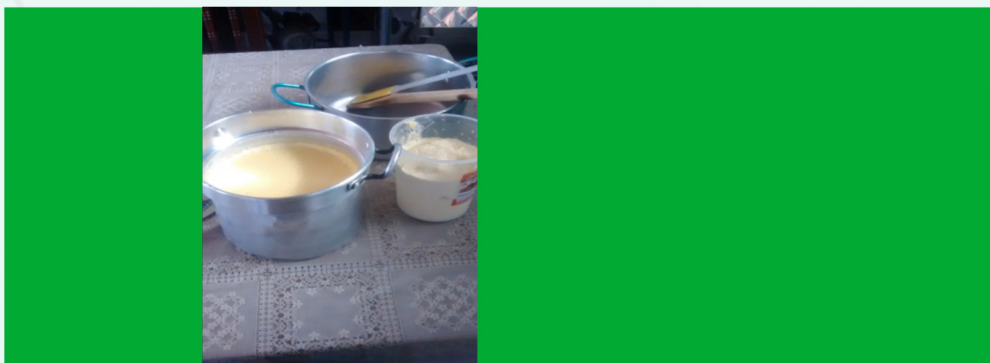
## COMO OBTENER MANTEQUILLA A BASE DE NATA DE LECHE.

En el campo es fácil acceder a la leche entera recién ordeñada la vaca, pués esta provee mayor cantidad de grasa y nos proporciona un mayor rendimiento en nuestro producto. Para las personas que viven en la ciudad les recomiendo comprar la crema de leche para prepara la mantequilla.

## PROCEDIMIENTO.

### RECOLECCION DE LA NATA.

1. Para obtener una buena nata se hierva la leche y se deja enfriar sin tapar, posteriormente se guarda en la nevera si tapar y a los tres días se recoge la nata; de esta forma tenemos una nata gruesa y nos garantiza mayor cantidad de mantequilla. La leche después se puede gastar en otros alimentos.



## BATIR LA NATA.

2. Se coloca la nata en una fuente amplia ya sea de metal o plástica, y con una cuchara de madera o espátula de madera revuelve para unificar la nata formando una crema, si está muy seca puede agregar un poco de agua fría (fig 1), luego revuelve de forma circular uniforme y constante hasta que se forme una pasta compacta con dificultad para mover ( fig. 2 y 3 ). Agregue media taza de agua y siga batiendo para que se separe la grasa de lo líquido (fig.4 y 5 ) hasta formar aparte completamente la grasa. (fig. 6 )

**FIG. 1**



**FIG. 2**



**FIG. 3**



**FIG. 4**



**FIG. 5**



**FIG. 6**





## LAVADO.

3. Se saca aparte en otro recipiente el líquido sobrante y a la mantequilla se agrega agua fría, con la ayuda de la cuchara va masajeando para que suelte los residuos de leche (fig.7), se repite el proceso tantas veces hasta que el agua salga limpia (fig.8 ). Por último recoge la mantequilla aparte y almacenarla (fig. 9).

**FIG. 7**



**FIG. 8**



**FIG. 9**



4. Del líquido sobrante de la mantequilla se hierve y se obtiene un requesón que se puede consumir con dulce.

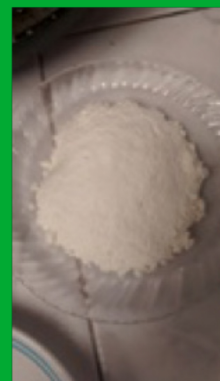
**FIG. 10**



**FIG. 11**



**FIG. 12**



Ya finalizado el proceso tenemos una mantequilla suave, deliciosa y nutritiva, que se puede utilizar en la elaboración de los alimentos ya sea para freír o en arepas, tortas, untarlo sobre el pan tostado etc.