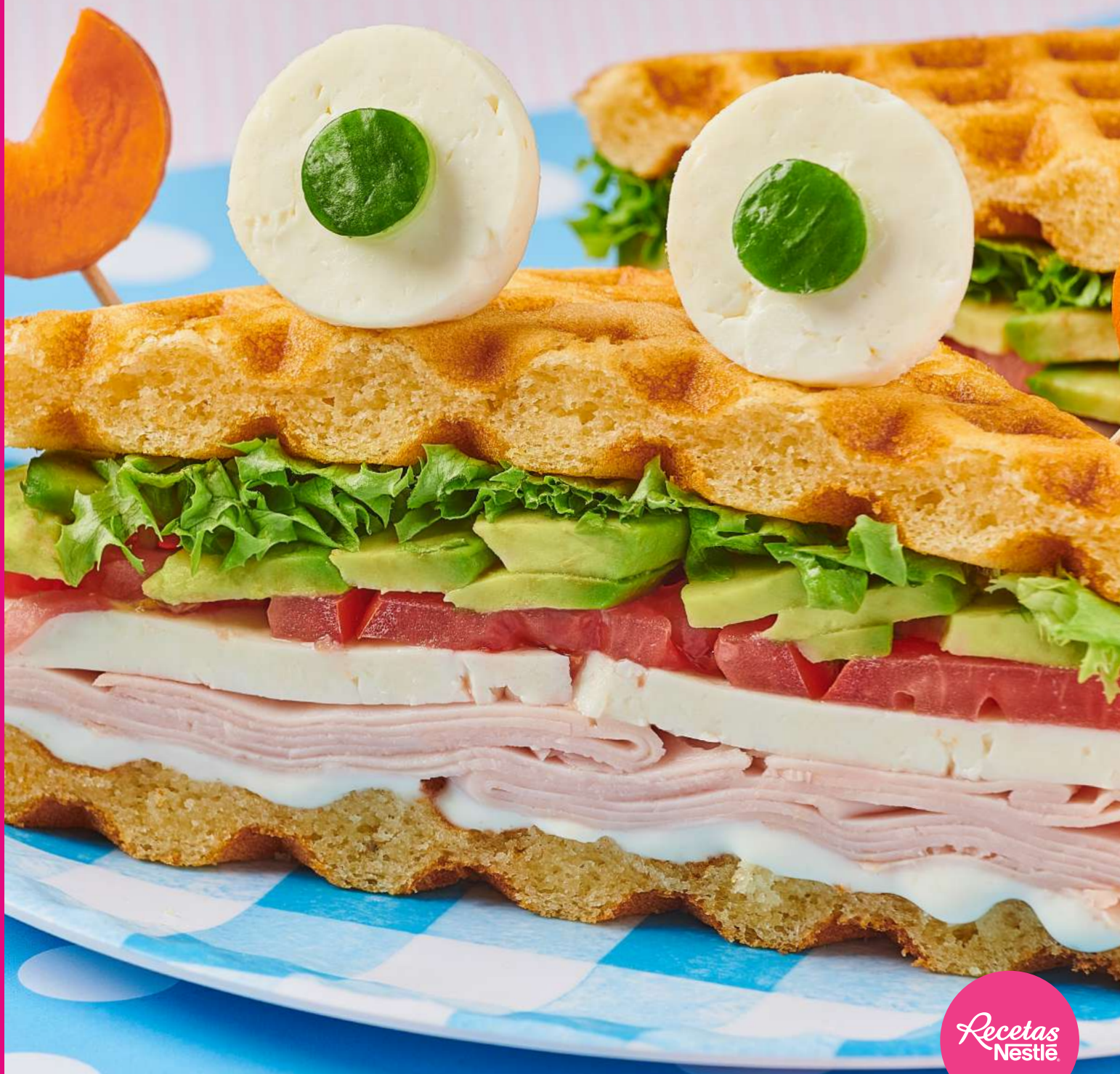


¿Qué voy a cocinar hoy?

Recetas PARA NIÑOS

Recetas Para Niños





Cat TOAST

 20 minutos

 1 porción

- ½ aguacate, hecho puré
- 1 tostada de arroz inflado
- 2 triángulos de jamón de pavo
- 1 rebanada de queso panela, delgada
- 6 tiras de zanahoria
- 2 tiras de pepino, delgadas y pequeñas
- 1 envase de Néctar de Mango a partir de los 12 meses GERBER® Junior (200 ml)

1 Unta el aguacate sobre la tostada de arroz inflado. Corta la rebanada de queso de la siguiente manera: 2 triángulos pequeños para formar las orejas, 2 círculos pequeños para los ojos y un círculo mediano para la boca.

2 Forma la carita del gato con las figuras anteriores, coloca la zanahoria para los bigotes, el pepino para los ojos y los triángulos de jamón para las orejas.

3 Sirve y acompaña con el Néctar de Mango a partir de los 12 meses GERBER® Junior; ofrece.



Egg LUNCH

 20 minutos

 1 porción

- 1 rebanada de queso tipo manchego, delgada y cortada en tiras
- 1 rebanada de jamón de pavo, enrollada
- 1 tortilla de maíz, caliente y cortada en triángulos
- ½ taza de uvas
- ½ taza de zanahoria, cortada en tiras
- 1 huevo, cocido y cortado a la mitad
- 2 círculos pequeños de zanahoria
- 1 rebanada de aguacate
- 1 envase de Néctar de Pera a partir de los 12 meses GERBER® Junior (200 ml)

1 En una lonchera, coloca el queso tipo manchego, el jamón, la tortilla, las uvas y las tiras zanahoria; con el huevo, los círculos de zanahoria y el aguacate forma una carita.

2 Acompaña con el Néctar de Pera a partir de los 12 meses GERBER® Junior.

3 Ofrece.



Gelatina DE CÁSCARA de piña

20 minutos + refrigeración

1 porción

GELATINA DE LECHE

- 3 cucharadas de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ½ cucharada de miel de abeja
- ¼ sobre de grenetina (1.7 g), hidratada en 3 cucharadas de agua y disuelta a baño María

GELATINA DE CÁSCARA DE PIÑA

- 1/3 taza de cáscara de piña, cocida y cortada en cubos
- 1/3 taza de agua de la cocción de la piña
- ½ cucharada de miel de abeja
- 2 cucharadas de cubos de piña miel
- 2 círculos blancos
- 3 círculos verdes
- 2 óvalos de cáscara de piña

1 Para la gelatina de leche, mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, ½ cucharada de miel y 1 cucharada de grenetina disuelta, vierte en un vaso y refrigera hasta que cuaje ligeramente.

2 Para la gelatina de piña, licúa las cáscaras de piña, el agua de la cocción de la piña y ½ cucharada de miel; cuele y mezcla con la grenetina restante.

3 Añade los cubos de piña sobre la gelatina de leche, cubre con la gelatina de cáscaras de piña y refrigera hasta que cuaje por completo. Decora el vaso formando una carita con los círculos blancos y verdes, con los óvalos de cáscara de piña forma unas orejas; ofrece.



Granizado DE SANDÍA

 5 minutos + congelación

 1 porción

- 1 taza de sandía, cortada en cubos y congelada
- 1 taza de hielo
- ½ taza de Agua de Coco NATURE'S HEART®
- 2 hojas de menta, desinfectada
- 3 ojitos, movibles
- 1 boquita, de papel
- 1 popote, con una flecha de papel
- 2 pies de papel

1 Licúa los cubos de sandía, el hielo y el Agua de Coco NATURE'S HEART®.

2 Sirve en un vaso decorado con los ojos, la boquita, el popote y los pies de papel.

3 Ofrece.



Hot Cakes DE ZANAHORIA

20 minutos

1 porción

- ¼ taza de harina para hot cakes, integral
- 1 cucharada de Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Extra-Cocoa, Menos Azúcar
- 1 huevo
- ¼ taza de Alimento a Base de Almendra CARNATION® CLAVEL®
- ¼ pieza de zanahoria, rallada
- aceite en aerosol
- ¼ taza de yogurt griego natural, sin azúcar y reducido en grasa
- ¼ cucharadita de Semillas de Chía NATURE'S HEART®
- 1 rodaja de plátano
- 2 ojos comestibles
- ½ cucharadita de chocolate amargo, fundido
- 4 estrellas de sandía
- 1 cucharadita de amaranto

1 Mezcla la harina para hot cakes, el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Extra-Cocoa, Menos Azúcar, el huevo, el Alimento a Base de Almendra CARNATION® CLAVEL® y la zanahoria.

2 Calienta una sartén, rocía un poco de aceite en aerosol, coloca un cortador en forma de oso y con ayuda de un cucharón vierte un poco de la mezcla para formar los hot cakes; cocina por ambos lados.

3 Mezcla el yogurt con las Semillas de Chía NATURE'S HEART®. En plato con divisiones, sirve los hot cakes, coloca los ojos y forma la boca del oso con la rodaja de plátano y el chocolate. Acompaña con la mezcla de yogurt, las estrellas de sandía y el amaranto; ofrece.



Quesadilla DE ESPINACA

 20 minutos

 1 porción

- 2 tortillas de harina integral
- 1 rebanada de queso tipo manchego, delgada
- 1 rebanada de jamón de pavo
- ½ taza de espinacas, desinfectadas y fileteadas
- 2 jitomates cherry, cortados a la mitad
- 3 estrellas de queso tipo manchego
- 1 envase de Néctar de Manzana a partir de los 12 meses GERBER® Junior (200 ml)

1 Coloca una tortilla como base, rellena con la rebanada de queso, el jamón y las espinacas y cierra con la otra tortilla; calienta por ambos lados hasta que el queso gratine. Con un cortador redondo, retira uno de los extremos para formar una luna.

2 Sirve y decora con los jitomates y las estrellas de queso.

3 Acompaña con el Néctar de Manzana a partir de los 12 meses GERBER® Junior; ofrece.



Rueditas DE PLÁTANO

 10 minutos

 1 porción

- 12 cucharaditas de crema de cacahuete, sin azúcar
- 1 tortilla de harina integral
- 1 plátano
- 10 tiras de cáscara de pepino
- ¼ taza de zanahoria, rallada
- 2 mariposas de mango
- 1 envase de Agua de Coco NATURE'S HEART®

1 Unta la crema de cacahuete sobre la tortilla, añade el plátano, enrolla y asa hasta que dore ligeramente; corta en rebanadas.

2 Forma un gusano con las rebanadas, con las tiras de pepino forma las patas, las antenas, los ojos y la boca. Decora con la zanahoria y las mariposas de mango.

3 Acompaña con el Agua de Coco NATURE'S HEART®; ofrece.



Veggie LUNCH

 20 minutos

 1 porción

- ½ taza de arroz, cocido
- ½ taza de brócoli, cocido
- ½ naranja, cortada en gajos
- 2 fresas, desinfectadas y cortadas en círculos
- ½ taza de papaya, cortada en forma de estrellas
- 1 bolsita de Mega Omega NATURE'S HEART®

1 En una lonchera, coloca el arroz, el brócoli y con la fruta forma una carita.

2 Acompaña con Mega Omega NATURE'S HEART®.

3 Ofrece.



Club WAFFLE

25 minutos

1 porción

- 1 cucharadita de Media Crema NESTLÉ®
- 1 waffle, cortado a la mitad
- 1 rebanada de jamón de pavo
- 1 rebanada de queso panela, delgada
- 1 hoja de lechuga, desinfectada
- ½ jitomate, cortado en rebanadas
- ½ aguacate, cortado en rebanadas
- 2 círculos medianos de queso
- 2 círculos pequeños de pepino
- 2 círculos delgados de zanahoria
- 2 palillos de madera
- 1 envase de Néctar de Pera a partir de los 12 meses GERBER® Junior (200 ml)

1 Unta la Media Crema NESTLÉ® sobre la mitad del waffle, añade el jamón, el queso, la lechuga, las rebanadas de jitomate, el aguacate y cubre con la otra mitad del waffle.

2 Calienta por ambos lados hasta que dore ligeramente y corta en forma de triángulo.

3 Con los círculos de queso y pepino forma los ojos y colócalos en la parte superior del waffle, con ayuda de un cuchillo pequeño corta un triángulo en los círculos de zanahoria, insértalos en los palillos para simular las tenazas. Acompaña con el Néctar de Pera a partir de los 12 meses GERBER® Junior; ofrece.

Realización:

RECETAS NESTLÉ®
Paulina Espinosa
Yamel Barrera
Olivia Urdiales

Dirección Editorial, Diseño e Ilustración:

Sebastian Gamboa

Contenidos Editoriales:

Mariana Ortega
Jonathan Núñez

Edición gastronómica:

Mariana Ortega

Desarrollo y Degustación de Recetas:

Chef Mariana Ortega
Chef Jonathan Núñez
Sub chef Miguel Martínez
Sub chef Ángeles Medina
Sub chef Gabriel Rodríguez
Sub chef Abraham Gómez
Becario: Noé Medina

Estilismo de Alimentos:

Mariana Ortega
Studio Becky Treves

Fotografía:

Karla Acosta
Publicis Groupe

Publicado y editado por:**Marcas Nestlé S.A. de C.V.**

Boulevard Miguel de Cervantes Saavedra 301,
PB, Torre Sur, Col. Granada, Del. Miguel Hidalgo,
C.P. 11520, Ciudad de México.

CONSOMATE®, JUGOSO AL SARTÉN®,
MAGGI®, Media Crema NESTLÉ®, LA
LECHERA®, CARNATION® CLAVEL® y sus
diseños son marcas registradas, utilizadas bajo
la licencia de su titular, Société des Produits
NESTLÉ, S.A., Case Postale 353, 1800, Vevey,
Suiza.

CROSSE & BLACKWELL®, es marca registrada
utilizada bajo licencia de Société des Produits
NESTLÉ S.A., Case Postale 353, 1800 Vevey,
Suiza.

Prohibida su reproducción parcial o total.

Recetas
Nestlé®
.com.mx

DESCUBRE MÁS
RECETAS EN:

