

Lo que mereces



CON
100%
LECHE
DE VACA

¡DESAYUNOS!

¡En pijama!

CON



Nestlé

La
Lechera

INGREDIENTES

- 3/4 taza de leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 huevo
- 2 cucharadas de mantequilla, fundida
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 taza de harina para hot cakes
- 2 cucharadas de mantequilla
- 2 1/2 tazas de fresas, desinfectadas y cortadas en cuartos
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® SIRVE FÁCIL



CON
**100%
LECHE**
DE VACA

Bowl de Mini HOT CAKES CON FRESAS

Modo de PREPARACIÓN



25
minutos



4 porciones

1.- Mezcla 3/4 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el huevo, 2 cucharadas de mantequilla fundida, la esencia de vainilla y la harina para hot cakes. Vierte en una mamila de plástico y reserva.

2.- Calienta una sartén, agrega un poco de mantequilla y forma pequeños círculos con la mezcla anterior; cocina por ambos lados y repite hasta terminar con la preparación.

3.- En un tazón, sirve un poco de mini hot cakes con fresas y Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil; mezcla y repite con el resto de los ingredientes. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Si no cuentas con una mamila, puedes utilizar una bolsa de plástico hermética, haciendo un pequeño corte en una de las esquinas.

CONSEJO NUTRICIONAL

La fresa aporta antioxidantes a tu dieta.





CON
**100%
LECHE
DE VACA**

BOWL DE YOGURT con Cereal



15
minutos



4 porciones

INGREDIENTES

- 4 envases de yogurt griego, sabor a frutos rojos (120 g c/u)
- 4 tazas de Cereal Integral NESTLÉ® CINNAMON TOAST CRUNCH®
- 1 taza de frutos rojos
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® SIRVE FÁCIL
- 4 hojas de menta, desinfectadas

MODO DE PREPARACIÓN

- 1.- Vierte en el fondo de un tazón, 1 envase de yogurt griego, agrega un poco de Cereal Integral NESTLÉ® CINNAMON TOAST CRUNCH® y frutos rojos.
- 2.- Decora con Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil y una hoja de menta. Repite el proceso para formar los tazones restantes.
- 3.- Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Puedes elegir el sabor del yogurt de tu preferencia.

CONSEJO NUTRICIONAL

El yogurt griego es bajo en grasas.



Recetas
NESTLÉ

INGREDIENTES

- 1 2 kiwis, cortados en cubos
- 1 taza de fresas, desinfectadas y cortadas en rebanadas
- 2 duraznos, cortados en rebanadas
- 1/2 taza de moras azules
- 2 tazas de yogurt griego, natural
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® SIRVE FÁCIL SABOR A CHOCO-AVELLANA
- 3/4 taza de granola



Copa de Frutas Y GRANOLA

Modo de PREPARACIÓN



minutos



4 piezas

1.- Mezcla los cubos de kiwi con las fresas, los duraznos y las moras azules.

2.- Coloca un poco de la mezcla de frutas en el fondo de una copa, agrega yogurt, Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil Sabor a Choco-avellana y continúa con las capas hasta llenar la copa. Repite con el resto de los ingredientes.

3.- Decora con granola y un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil Sabor a Choco-avellana. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Si te sobró fruta picada, puedes congelarlas en pequeñas bolsas y posteriormente usarlas en tus licuados favoritos.

CONSEJO NUTRICIONAL

El kiwi aporta calcio a tu dieta.





CON
**100%
LECHE
DE VACA**

CUERNITOS CON *manzana*



10
minutos



4 piezas

INGREDIENTES

- 4 cuernitos, cortados a la mitad
- 1 manzana verde, cortada en medias lunas
- 1/2 taza de arándanos
- 1 envase de Dulce de Leche LA LECHERA® SIRVE FÁCIL

MODO DE PREPARACIÓN

- 1.- Rellena los cuernitos con algunas rebanadas de manzana, un poco de arándanos y Dulce de Leche LA LECHERA® Sirve Fácil.
- 2.- Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Puedes cambiar la manzana por pera o higos.

CONSEJO NUTRICIONAL

Consumir arándanos deshidratados aporta vitamina D.



INGREDIENTES

- $\frac{3}{4}$ taza de leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 huevo
- 2 cucharadas de mantequilla, fundida
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 taza de harina para hot cakes
- 1 cucharadita de canela, molida
- $\frac{1}{2}$ taza de zanahoria, rallada
- 3 cucharadas de nuez, picada
- 4 cucharadas de pasas
- 2 cucharadas de mantequilla
- 1 envase de leche Condensada LA LECHERA® UNTABLE
- $\frac{1}{4}$ taza de zanahoria, rallada
- $\frac{1}{4}$ taza de nuez, picada
- 6 hojas de menta, desinfectadas



Hot cakes DE ZANAHORIA

Modo de PREPARACIÓN



35 minutos



6 piezas

1.- Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el huevo, 2 cucharadas de mantequilla fundida, la esencia de vainilla, la harina para hot cakes, 1 cucharadita de canela, $\frac{1}{2}$ taza de zanahoria, 3 cucharadas de nuez y las pasas.

2.- Calienta una sartén, agrega un poco de mantequilla y con ayuda de un cucharón vierte un poco de la mezcla para formar los hot cakes; cocina por ambos lados y repite el procedimiento con el resto de la preparación.

3.- Sirve los hot cakes, cúbrelos con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Untable, decora con el resto de la zanahoria, la nuez y las hojas de menta. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Puedes utilizar esta masa para hacer cupcakes, vierte en un recipiente con capacillos y hornea a 180 °C de 20 a 25 minutos.

CONSEJO NUTRICIONAL

La zanahoria contiene vitamina A.





CON
**100%
LECHE
DE VACA**

ROLLITOS DE pan francés



20
minutos



8 porciones

INGREDIENTES

- 1/4 taza leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 2 huevos
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 8 rebanadas de pan de caja blanco, sin orillas
- 1 manzana roja, cortada en bastones
- 1 pera, cortada en bastones
- 1/2 paquete de queso crema, cortado en tiras (95 g)
- 3 cucharadas de mantequilla
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® SIRVE FÁCIL SABOR A CHOCO-AVELLANA
- 1/2 taza de frambuesas
- 4 hojas de menta, desinfectadas

MODO DE PREPARACIÓN

- 1.- Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con los huevos y la esencia de vainilla.
- 2.- Rellena cada rebanada de pan con bastones de manzana, pera y el queso crema; enrolla.
- 3.- Pasa los rollitos por la mezcla de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, calienta un poco de mantequilla y fríelos por ambos lados hasta que doren ligeramente. Decóralos con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil Sabor a Choco-avellana, las frambuesas y las hojas de menta. Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Puedes cambiar el relleno por plátano o durazno en almíbar.

CONSEJO NUTRICIONAL

La pera aporta vitamina C.



Recetas
NESTLÉ

INGREDIENTES

- ½ litro de agua
- 1 raja de canela
- 2 tazas de avena
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 ½ tazas de agua
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g.)
- 2 plátanos, cortados en rodajas
- ½ taza de nuez, picada
- ½ taza de almendras, fileteadas
- 1 cucharada de canela, molida



CON
**100%
LECHE**
DE VACA

Tazón de DE AVENA Y PLÁTANO

Modo de PREPARACIÓN



minutos



4 piezas

1.- Calienta ½ litro de agua con la raja de canela, la avena y cocina por 10 minutos.

2.- Vierte la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el resto del agua, la Leche Condensada LA LECHERA® y cocina a fuego bajo durante 10 minutos o hasta que espese ligeramente; deja enfriar.

3.- Sirve en tazones y decora con las rodajas de plátano, la nuez, las almendras y la canela molida, ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Cocina la avena a tu gusto, considera que mientras más la cocines más espesa quedará.

CONSEJO NUTRICIONAL

El consumo de avena aporta zinc.



CON
**100%
LECHE
DE VACA**



WAFFLES CON frutas



30
minutos



6 porciones

INGREDIENTES

- 1 $\frac{3}{4}$ tazas de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 2 huevos
- $\frac{3}{4}$ barra de mantequilla, fundida (68 g)
- 3 cucharadas de esencia de vainilla
- $\frac{1}{2}$ bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (95 g)
- 1 $\frac{1}{2}$ tazas de harina de trigo, pasada por un colador
- $\frac{1}{4}$ cucharadita de sal
- 1 cucharada de polvo para hornear
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® UNTABLE
- $\frac{1}{2}$ taza de fresas, desinfectadas y cortadas en rebanadas
- $\frac{1}{2}$ taza de moras azules
- $\frac{1}{2}$ manzana roja, cortada en rebanadas
- $\frac{1}{2}$ plátano, cortado en rodajas
- $\frac{1}{2}$ kiwi, cortado en rodajas
- $\frac{1}{2}$ taza de nuez, picada

MODO DE PREPARACIÓN

- 1.- Para los waffles, mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con los huevos, la mantequilla, la esencia de vainilla, $\frac{1}{2}$ bolsita de Leche Condensada LA LECHERA®, la harina, la sal y el polvo para hornear.
- 2.- Precalienta una waflera, añade un poco de aceite en aerosol y con ayuda de un cucharón vierte un poco de la mezcla; cocina de 3 a 4 minutos o hasta que esté ligeramente dorado.
- 3.- Cubre cada waffle con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Untable, decóralos con un poco de fresas, moras azules, manzana, plátano, kiwi y nuez. Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Puedes acompañar con un poco de helado sabor vainilla.

CONSEJO NUTRICIONAL

Las moras azules aportan antioxidantes.



Recetas
NESTLÉ

Recetas
Nestlé®
.com.mx

DESCUBRE MÁS
RECETAS EN:

