

Lo que mereces



CON
100%
LECHE
DE VACA

RECETAS

¡Para palomear!

CON



Nestlé

La Lechera

INGREDIENTES

- 1 cucharada de Café 100% Puro Soluble NESCAFÉ® CLÁSICO®
- 1/4 taza de agua, caliente
- 1 bola de helado de vainilla
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® (324 g.)



Affogato LA LECHERA®

Modo de PREPARACIÓN



minutos



1 porción

1.- Mezcla el Café 100% Puro Soluble NESCAFÉ® CLÁSICO® con el agua y sirve en una taza.

2.- Agrega el helado de vainilla y acompaña con un poco de la Leche Condensada LA LECHERA®.

3.- Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Puedes agregar un poco de canela molida.

TIP: Puedes añadir un poco de nibs de cacao a la mezcla de café.

CONSEJO NUTRICIONAL

El consumo de agua ayuda a transportar nutrimentos.

CON
**100%
LECHE**
DE VACA



BITES

de rol de canela



20
minutos



4 porciones

INGREDIENTES

- 8 rebanadas de pan de caja integral, aplanados
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® UNTABLE
- 1 cucharada de canela, molida
- 1/2 barra de mantequilla (45 g)
- 1/4 taza de pasas
- 1/4 taza de nuez, picada

MODO DE PREPARACIÓN

- 1.- Cubre cada rebanada de pan con Leche Condensada LA LECHERA® Untable, espolvorea un poco de canela y enrolla; presiona ligeramente para evitar que se abra.
- 2.- En una sartén, calienta la mantequilla y dora los rollos; volteando ocasionalmente.
- 3.- Para formar los bites, corta cada rollo en 4 partes iguales, colócalos en un tazón con pasas y nuez. Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Cocina los rollos por la parte donde se cerró, de esta manera evitaremos que el rollo se abra.

CONSEJO NUTRICIONAL

Las pasas incrementan los nutrimentos en tus platillos.



Recetas
NESTLÉ

INGREDIENTES

- 2 barras de mantequilla, fundida (90 g c/u)
 - 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
 - 2 huevos
 - 1 yema de huevo
 - 1 ¼ tazas de Alimento en Polvo para Preparar BEBIDA SABOR A CHOCOLATE MORELIA PRESIDENCIAL®
 - 1 ¼ tazas de harina de trigo, pasada por un colador
 - 1 cucharadita de polvo para hornear
 - ½ taza de frambuesas
 - ¼ taza de azúcar glass
 - 6 hojas de menta, desinfectadas
- Horno precalentado a 180 °C



Brownies

Modo de PREPARACIÓN



minutos
+ horneado



6 porciones

1.- Mezcla la mantequilla con la Leche Condensada LA LECHERA®, el huevo, el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Sabor a Chocolate MORELIA PRESIDENCIAL®, la harina y el polvo para hornear hasta integrar por completo.

2.- Vierte en un molde cubierto con papel encerado y hornea a 180 °C de 25 a 30 minutos; deja enfriar. Desmolda, corta en cuadros, decora con las frambuesas, el azúcar glass y las hojas de menta.

3.- Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Hornea el brownie el tiempo que indica la receta para evitar que se reseque y endurezca.

CONSEJO NUTRICIONAL

La frambuesa aporta ácido fólico.



CON
**100%
LECHE
DE VACA**

CREPAS de frutas

MODO DE PREPARACIÓN



30 minutos



6 porciones

INGREDIENTES

- 2 huevos
- 1 ½ tazas de harina de trigo, pasada por un colador
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 2 cucharadas de mantequilla, fundida
- 1 taza de mango, cortado en cubos
- 1 paquete de queso cottage (380 g)
- 1 manzana verde, cortada en bastones
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® SIRVE FÁCIL
- ½ taza de almendras, fileteadas
- 2 limones, su ralladura

1.- Mezcla los huevos con la harina y la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®. Calienta un poco de mantequilla en una sartén y agrega un cucharón de la mezcla para crepas, ladea la sartén para cubrir toda la superficie y retira el exceso; cocina por ambos lados a fuego bajo y reserva.

2.- Rellena las crepas con un poco de mango, queso cottage y manzana verde; dobla en forma de triángulo.

3.- Sirve con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil y decora con las almendras y la ralladura de limón. Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Recuerda utilizar una sartén de teflón para despegar fácilmente las crepas.

CONSEJO NUTRICIONAL

El queso cottage es un queso bajo en grasa.



Recetas
NESTLÉ

INGREDIENTES

- 4 palitos de madera
- 4 manzanas verdes
- 1 envase de leche Condensada LA LECHERA® UNTABLE
- 2 tazas de Cereal Integral NESTLÉ® CINNAMON TOAST CRUNCH®, troceado



Manzanas CUBIERTAS

Modo de PREPARACIÓN



minutos



4 piezas

1.- Inserta los palitos de madera en las manzanas.

2.- Cúbrelas con la Leche Condensada LA LECHERA® Untable y pásalas por el Cereal Integral NESTLÉ® CINNAMON TOAST CRUNCH®.

3.- Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Remoja los palitos de madera con un poco de jugo de limón antes de clavarlos en las manzanas.

CONSEJO NUTRICIONAL

Consume la manzana con cáscara para incrementar tu aporte de fibra.



CON
100%
LECHE
DE VACA

PALOMITAS

La Lechera®



35
minutos



4 porciones

INGREDIENTES

- 5 tazas de palomitas de maíz, naturales
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (190 g)

Horno precalentado a 160 °C

MODO DE PREPARACIÓN

- 1.- En un tazón, mezcla las palomitas con la Leche Condensada LA LECHERA® hasta incorporar.
- 2.- Extiéndelas en una charola con papel encerado y hornea a 160 °C de 14 a 17 minutos; deja enfriar.
- 3.- Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Puedes añadir nuez y arándanos a tus palomitas.

CONSEJO NUTRICIONAL

Camina diariamente por 60 minutos.



Recetas
NESTLÉ

INGREDIENTES

- 4 piezas de pan pita
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® UNTABLE
- 1 taza de frambuesas
- 1 taza de zarzamoras
- 1 taza de fresas, desinfectadas y cortadas en rebanadas
- 1 taza de moras azules
- 1 carambola, cortada en rebanadas
- 3 ramas de menta, desinfectadas



Pizza DE FRUTOS ROJOS

Modo de PREPARACIÓN



minutos



4 piezas

- 1.- En una sartén, calienta el pan pita por ambos lados hasta que dore.
- 2.- Cubre la superficie del pan pita con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Untable.
- 3.- Decora con frambuesas, zarzamoras, fresas, moras, carambola y hojas de menta. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Puedes cambiar los frutos rojos por rodajas de plátano, kiwi y mango.

CONSEJO NUTRICIONAL

Los frutos rojos son fuente de antioxidantes.



Recetas
Nestlé®
.com.mx

DESCUBRE MÁS
RECETAS EN:

