



Recetas para

DÍA DEL NIÑO



Recetas para día del niño



Recetas
Nestlé





Club WAFFLE



INGREDIENTES

- 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)

PREPARACIÓN

- 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.

Consejo culinario: Puedes sustituir el waffle por pan de caja multigrano o integral.

Consejo nutricional: El jitomate aporta antioxidantes.



Egg LUNCH



INGREDIENTES

- 1 rebanada de queso tipo manchego delgada y cortada en tiras
- 1 rebanada de jamón de pavo enrollada
- 1 tortillas de maíz
- 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)

PREPARACIÓN

- 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.

Consejo culinario: Puedes sustituir la zanahoria con pepino rallado.

Consejo nutricional: El huevo aporta proteína.



Rollitos de PAN FRANCÉS



INGREDIENTES

- 2 rebanadas de pan de caja, integral
- 1 clara de huevo, ligeramente batida
- ¼ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ½ cucharadita de esencia de vainilla
- ¼ cucharadita de canela, molida
- 10 g de Chocolate Amargo NESTLÉ® Chocolatería, fundido
- 2 almendras, enteras
- 4 ojitos, comestibles
- ½ plátano, cortado en rodajas
- 1 cucharada de nuez, picada

PREPARACIÓN

- 1 Con ayuda de un rodillo extiende las rebanadas de pan y enrolla.
- 2 Mezcla la clara de huevo con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, la esencia de vainilla y la canela; pasa los rollitos por la mezcla anterior.
- 3 En una sartén caliente, ásalos hasta que doren ligeramente, decora con el Chocolate Amargo NESTLÉ® Chocolatería formando una carita en cada rollo, 2 manitas y los pies, utiliza las almendras para formar bigotes y acomoda los ojitos en la cara. Acompaña con las rodajas de plátano y la nuez; ofrece.

Consejo culinario: Puedes rellenar los rollitos con plátano o fresa.

Consejo nutricional: El huevo aporta proteína.

Consejo de sustentabilidad: Evita el desperdicio de alimentos en tu día a día, utiliza las cáscaras de plátano para preparar granola.



Sandi PIZZA



INGREDIENTES

- 1 rebanada de sandía, cortada en triángulo
- 2 moras azules
- 2 zarzamoras
- 2 rebanada de carambola
- 2 hojas de menta, desinfectada
- 1 bolsita de Nutty Berry Mix NATURE'S HEART® (35 g)

PREPARACIÓN

- 1 Coloca la rebanada de sandía en un plato, decora con las moras, las zarzamoras, las rebanadas de carambola y las hojas de menta.
- 2 Decora con la bolsita de Nutty Berry Mix NATURE'S HEART®.
- 3 Ofrece.

Consejo culinario: Para darle forma de estrellas a la fruta, utiliza cortadores para galletas, en caso de que no cuentes con ellos, forma las figuras en una hoja de papel, coloca sobre la fruta y corta con un cuchillo pequeño.

Consejo nutricional: La sandía tiene un gran contenido de agua que ayuda a hidratar tu cuerpo.



Pizzita HAWAIANA



INGREDIENTES

- 1 taza de zanahoria rallada
- 2 cucharadas de puré de tomate natural
- ½ taza de queso mozzarella rallado
- 1 rebanada de jamón de pavo cortada en cubitos
- ¼ de taza de piña miel cortada en cubos
- 1 cucharadita de Salsa Tipo Inglesa CROSSE & BLACKWELL®

PREPARACIÓN

- 1 Mezcla la zanahoria, el puré de tomate y ¼ de taza de queso mozzarella.
- 2 Sobre una sartén caliente, coloca un cortador para galletas en forma de estrella, añade la mezcla anterior y cocina por ambos lados hasta que dore ligeramente.
- 3 Cubre la superficie con el queso restante, el jamón y la piña, sirve con la Salsa Tipo Inglesa CROSSE & BLACKWELL® y ofrece.

Consejo culinario: Puedes sustituir el queso mozzarella por Oaxaca.

Consejo nutricional: El queso aporta calcio.



Hot Cakes DE ZANAHORIA



INGREDIENTES

- 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

PREPARACIÓN

- 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.

Consejo culinario: Puedes agregar un poco de avena en la mezcla de los hot cakes.

Consejo nutricional: La zanahoria aporta vitamina A.



Rueditas DE PLÁTANO



INGREDIENTES

- 2 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®

PREPARACIÓN

- 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.

Consejo culinario: Puedes mezclar la crema de cacahuete con nuez troceada.

Consejo nutricional: El plátano aporta potasio.



Mini

HAMBURGUESAS

de Pollo

10 PORCIONES

30 MINUTOS

INGREDIENTES

- 400 g de carne molida de pechuga de pollo
- 1 zanahoria, rallada
- 1 calabaza, rallada
- 1 huevo
- 2 cucharaditas de Jugo MAGGI®
- 2 cucharaditas de Salsa Tipo Inglesa CROSSE & BLACKWELL®
- ½ cucharadita de hierbas finas
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 100 gramos de queso mozzarella
- 10 mini bollos para hamburguesa, calientes
- ½ lechuga italiana, desinfectada
- 1 jitomate, cortado en rebanadas
- CátSUP

PREPARACIÓN

- 1 Mezcla el pollo con la zanahoria, la calabaza, el huevo, el Jugo MAGGI®, la Salsa Tipo Inglesa CROSSE & BLACKWELL® y las hierbas finas. Forma pequeñas hamburguesitas ligeramente más chicas que las palmas de las manos.
- 2 En una sartén, caliente un poco de aceite y cocina las hamburguesas por ambos lados. Agrega un poco de queso mozzarella antes de retirarlas del sartén para que se derrita.
- 3 Forma las hamburguesas con los bollos, la carne, una hoja de lechuga, jitomate y cátSUP al gusto.

Consejo culinario: Acompaña con chips de papa o plátano horneadas.

Consejo nutricional: La pechuga de pollo es una fuente de proteína de buena calidad.

Realización:

RECETAS NESTLÉ®

Paulina Espinosa
Alejandro Antonio
Yamel Barrera
Olivia Urdiales
Abril Tavira
Ana Cruz

Diseño e Ilustración:

Rajel Sandoval

Edición gastronómica:

Mariana Ortega

Desarrollo y Degustación de Recetas:

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

Estilismo de Alimentos:

Mariana Ortega
Studio Becky Treves

Fotografía:

León Rafael

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.

Media Crema NESTLÉ®, CARNATION® CLAVEL®,
NESQUIK®, NESTLÉ®, NATURE'S HEART®,
MAGGI® 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:

