

Recetas PARA CELEBRAR

Recetas para celebrar





Hot cakes

ARCOÍRIS



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
- 2 cucharadas de mantequilla

BETÚN

- 2 paquetes de queso crema a temperatura ambiente (190 g c/u)
- $\frac{1}{2}$ bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (104.5 g)
- 2 limones, su jugo
- Colorante vegetal para alimentos rojo, naranja, amarillo, verde, azul y morado
- 2 fresas, desinfectadas
- $\frac{1}{2}$ pieza de kiwi, cortado en medias lunas
- 2 hojas de menta, desinfectadas

PREPARACIÓN

- 1** Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el huevo, 2 cucharadas de mantequilla fundida, la esencia de vainilla y la harina para hot cakes. 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.
- 2** Para el betún, bate el queso hasta acremar, añade la Leche Condensada LA LECHERA® y el jugo de limón, divide la mezcla en 6 partes iguales, a cada una, añádele un color diferente y mezcla hasta integrar.
- 3** Coloca un hot cake y unta el betún rojo, coloca otro hot cake, cubre con el betún de otro color; repite con el resto de los ingredientes. Decora con las fresas, el kiwi y las hojas de menta. Ofrece.

Consejo culinario: Puedes verter la mezcla de los hot cakes en una mamila para que te queden perfectos.

Consejo nutricional: La fresa aporta vitamina C a tu dieta.



Smoothie BOWL arcoíris



INGREDIENTES

- ½ taza de fresas, congeladas
- ½ taza de Alimento a Base de Avena CARNATION® CLAVEL®
- ⅓ taza de avena
- 1 cucharadita de miel de abeja
- ¼ pieza de kiwi, cortado en cubos
- ¼ taza de mango, cortado en cubos
- ¼ taza de fresas, desinfectadas y cortadas en cubos

PREPARACIÓN

- 1 Licúa las fresas congeladas con el Alimento a Base de Avena CARNATION® CLAVEL®, ¼ taza de avena y la miel de abeja.
- 2 Sirve en 1 tazón, decora con la avena restante, el kiwi, el mango y los cubos de fresa.
- 3 Ofrece.

Consejo culinario: Puedes agregar un toque de jugo de naranja a la mezcla para darle un sabor más fresco.

Consejo nutricional: La fresa aporta fibra.



Helado ARCOÍRIS



INGREDIENTES

- 1 envase de crema para batir, fría (950 ml)
- 1 lata de Leche Condensada LA LECHERA®
- 1 cucharada de esencia de chicle
- Colorante vegetal azul, rosa, verde, amarillo, naranja y rojo, para alimentos
- 8 conos para helado

PREPARACIÓN

- 1** Bate la crema hasta que doble su volumen, agrega la Leche Condensada LA LECHERA® y la esencia de chicle, divide la mezcla en 6 partes iguales. A cada una de las porciones agrégale un color diferente y mezcla hasta integrar.
- 2** Vierte en un refractario los 6 colores, colocándolos por separado y congela hasta que estén firmes.
- 3** Sirve el helado en los conos y ofrece.

Consejo culinario: Una vez que veas que la crema batida dobló su volumen, evita dejarla más tiempo batiendo ya que puede cortarse.

Consejo nutricional: Realiza actividad física diariamente por lo menos 30 minutos.



Paletas ARCOÍRIS cremosas



INGREDIENTES

- 1 lata de Media Crema NESTLÉ®
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 lata de Leche Condensada LA LECHERA®
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 1 ½ tazas de agua
- Colorante vegetal morado, azul, verde, amarillo, naranja y rojo para alimentos
- 8 palitos de madera, para paleta

PREPARACIÓN

- 1** Mezcla la Media Crema NESTLÉ® con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, la Leche Condensada LA LECHERA®, la esencia de vainilla y el agua. Divide la mezcla en 6 recipientes y pinta cada una con un poco de colorante.
- 2** Vierte un poco de la mezcla color rojo en cada molde para paleta, cubre con papel aluminio y congela hasta que esté firme. Agrega mezcla color naranja, cubre con el aluminio, inserta un palito para paleta y congela. Repite las capas con las mezclas de color amarillo, verde, azul y morado, congelando entre cada una.
- 3** Desmolda cada paleta y ofrece.

Consejo culinario: Puedes sustituir la esencia de vainilla por esencia de nuez o de naranja.

Consejo nutricional: Los postres pueden formar parte de una dieta correcta, solamente hay que consumirlos ocasionalmente y en pequeñas cantidades.



Gelatina

ARCOÍRIS



INGREDIENTES

- 1 lata de Leche Condensada LA LECHERA®
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 taza de agua
- 4 sobres de gretina (7 g c/u), hidratada en ½ taza de agua y disuelta a baño María
- Colorante vegetal amarillo para alimentos
- Colorante vegetal rosa para alimentos
- Colorante vegetal verde para alimentos
- 1 taza de merengues de colores

PREPARACIÓN

1

Licúa la Leche Condensada LA LECHERA® con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, la esencia de vainilla, el agua y sin dejar de licuar agrega poco a poco la gretina disuelta.

2

Separa y pinta la mezcla de la siguiente manera: 1 taza para el color rosa, ¾ taza para el amarillo, ¾ taza para el verde y el resto consévala blanca. Vierte sobre un molde para gelatina engrasado una capa de color rosa de aproximadamente 2 cm de grosor, refrigera hasta que cuaje ligeramente y repite el proceso con un poco de la mezcla blanca; continúa formando las capas de aproximadamente .5 cm con el resto de los colores, alternando entre cada uno. Refrigera hasta que cuaje por completo.

3

Desmolda, decora con los merengues de colores y ofrece.

Consejo culinario: Cuando prepares gelatinas en capas y alguna de las mezclas comience a cuajar, caliéntala algunos segundos en el microondas, mueve y deja enfriar sin que cuaje.

Consejo nutricional: La esencia de vainilla da un rico a sabor a tus alimentos sin agregar kilocalorías.



Cupcakes

ARCOÍRIS



INGREDIENTES

- 1 ½ barras de mantequilla, a temperatura ambiente (90 g c/u)
- 1 lata de Leche Condensada LA LECHERA®
- 3 huevos
- 1 ½ tazas de harina de trigo
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- ½ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- Colorantes vegetales para alimentos (morado, azul, verde, amarillo, naranja y rojo)

BETÚN

- 2 paquetes de queso crema, a temperatura ambiente (190 g c/u)
- 2 barras de chocolate blanco, fundido (150 g c/u)
- ½ taza de azúcar glass

Horno precalentado a 180 °C

PREPARACIÓN

1

Bate la mantequilla hasta acremarla; agrega la Leche Condensada LA LECHERA®, los huevos, la harina, el polvo para hornear, la esencia de vainilla y ½ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®.

2

Divide la mezcla en 7 tazones pequeños, en cada uno agrega un poco de los colorantes. En un molde para cupcakes coloca capacillos y vierte un poco de la mezcla morada, otra capa de azul, verde, amarillo, naranja y rojo hasta llenar ¾ partes. Hornea a 180 °C por 25 minutos o hasta que al introducir un palillo salga limpio. Retira del horno y deja enfriar.

3

Para el betún, bate el queso crema con el chocolate blanco y el azúcar glass; coloca el betún en una manga con duya y refrigera durante 20 minutos. Decora cada cupcake con un poco de betún y disfruta.

Consejo culinario: Puedes decorar los cupcakes con frambuesas y moras azules.

Consejo nutricional: El huevo es fuente de proteína.



Palomitas

ARCOÍRIS



INGREDIENTES

- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- 1 ½ cucharaditas de esencia de chicle
- Colorante vegetal azul, rojo, amarillo, morado y verde para alimentos
- 5 tazas de palomitas de maíz, naturales

Horno precalentado a 160 °C

PREPARACIÓN

- 1** Mezcla la Leche Condensada LA LECHERA® con la esencia de chicle y divídela en cinco partes iguales. A cada una, añádele un color diferente y mezcla hasta integrar.
- 2** Agrega 1 taza de palomitas a cada color y mezcla hasta incorporar. Extiende en una charola con papel encerado y hornea a 160 °C de 14 a 17 minutos; deja enfriar.
- 3** Ofrece.

Consejo culinario: Para preparar palomitas caseras, calienta un poco de aceite en una olla y agrega maíz palomero; tapa y cocina a fuego medio hasta que el maíz reviente, agita la olla en repetidas ocasiones y retira del fuego.

Consejo nutricional: Recuerda hacer 30 min de ejercicio diarios.

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.

CARNATION® CLAVEL®, LA LECHERA®, Media
Crema NESTLÉ®, 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.

Prohibida su reproducción parcial o total.





Recetas
Nestlé®
.com.mx

DESCUBRE MÁS
RECETAS EN:

