

Desayunos PARA EL FRÍO



Recetas
Nestlé



Bubble WAFFLES capuchino



20 minutos



5 porciones

Ingredientes

- 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ½ cucharada de Café 100% Puro Soluble NESCAFÉ® CLÁSICO®
- 1 huevo
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- ¾ taza de harina para hot cakes
- 3 cucharadas de linaza
- Aceite en aerosol
- 1 plátano, cortado en rodajas
- 1 manzana roja, cortada en rebanadas
- 1 taza de zarcamoras
- 5 cucharadas de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil
- 1 cucharada de canela, molida
- 1 rama de menta, desinfectada y deshojada

Preparación

1

Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el Café 100% Puro Soluble NESCAFÉ® CLÁSICO®, el huevo, la esencia de vainilla, la harina para hot cakes y la linaza.

2

Calienta una waflera, agrega un poco de aceite y con ayuda de un cucharón vierte un poco de la mezcla para formar los waffles; cocina de 3 a 4 minutos o hasta que esté ligeramente dorado. Repite con el resto de la preparación.

3

Sirve los waffles con las rodajas de plátano, las rebanadas de manzana y las zarcamoras, decora la Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil, la canela y las hojas de menta; ofrece.

Consejo culinario: Puedes añadir linaza o chía a la mezcla de los waffles.

Consejo nutricional: Las lentejas aportan proteína vegetal.



Hot cakes

CLÁSICOS



25 minutos



6 piezas

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
- $\frac{1}{2}$ taza de moras azules
- $\frac{1}{2}$ taza de fresas, desinfectadas y cortadas en cuartos
- 6 hojas de menta, desinfectadas
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil

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.

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, decora con moras azules, fresas, las hojas de menta y con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil. Ofrece.

Consejo culinario: Puedes agregar alguna semilla como nuez, almendra o cacahuates a la mezcla de los hot cakes o bien fruta como moras, fresas o plátano para incrementar su sabor.

Consejo nutricional: La mantequilla aporta vitamina E.



Hot cakes DE PLÁTANO con avena



15 minutos +
cocción



2 porciones

Ingredientes

- 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 huevo
- 2 cucharadas de mantequilla
- 1 ½ tazas de harina para hot cakes
- 2 plátanos
- ½ taza de avena
- 2 cucharadas de mantequilla
- 2 fresas, desinfectadas y rebanadas

Preparación

- 1 Licúa la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el huevo, la mantequilla, la harina para hotcakes, los plátanos y la avena.
- 2 En una sartén caliente agrega un poco de mantequilla; vierte un poco de la mezcla y cocina por ambos lados hasta que doren ligeramente.
- 3 Sirve los hotcakes, acompaña con las fresas rebanadas.

Consejo culinario: Agrega trozos de cacahuate troceado dentro de la mezcla de hotcakes.

Consejo nutricional: El plátano aporta potasio a tu dieta.



Mini HOT CAKES pan de muerto



35 minutos



4 porciones

Ingredientes

- $\frac{3}{4}$ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 huevo
- 2 cucharadas de mantequilla, fundida
- 1 cucharadita de esencia de azahar
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de esencia de mantequilla
- 1 taza de harina para hot cakes
- 2 cucharadas de mantequilla
- $\frac{1}{4}$ barra de mantequilla, fundida (45 g)
- $\frac{1}{2}$ taza de azúcar
- 2 mandarinas, cortadas en triángulos
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil
- 6 hojas de menta, desinfectadas

Preparación

1

Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el huevo, 2 cucharadas de mantequilla fundida, la esencia de azahar, la esencia de mantequilla 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

Coloca los hot cakes en un tazón y baña con $\frac{1}{2}$ barra de mantequilla, añade el azúcar, cubre con plástico adherente y mueve hasta cubrirlos perfectamente.

4

En un tazón, sirve un poco de mini hot cakes con triángulos de mandarina, Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil y las hojas de menta; repite con el resto de los hot cakes y 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 mandarina aporta vitamina C.



Sándwich DE WAFFLE con frutos rojos



20 minutos



4 porciones

Ingredientes

- 2 paquetes de queso crema, cortado en tiras (190 g c/u)
- 8 waffles, calientes
- 3 tazas de frutos rojos
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil
- 4 bolas de helado sabor chocolate
- 4 hojas de menta, desinfectada

Preparación

1

Coloca algunas tiras de queso en un waffle, añade frutos rojos y un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil; cubre con otro waffle para formar el sándwich. Repite con el resto de los ingredientes.

2

Sirve en un plato con una bola de helado sabor chocolate, decora con un poco más de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil, frutos rojos y las hojas de menta.

3

Ofrece.

Consejo culinario: Puedes agregar un poco de kiwi cortado en medias lunas.

Consejo nutricional: Los frutos rojos aportan vitamina C.



Waffle

PUMPKIN

spice



30 minutos



4 porciones

Ingredientes

- 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 huevo
- ½ barra de mantequilla, fundida (45 g)
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- 1 ¼ tazas de harina de trigo, pasada por un colador
- ½ cucharada de polvo para hornear
- ½ taza de puré de calabaza
- 1 cucharadita de canela, en polvo
- ½ cucharadita de nuez moscada, en polvo
- ½ cucharadita de jengibre, en polvo
- ¼ cucharadita de cardamomo, en polvo
- Aceite en aerosol
- 1 taza de crema batida
- 4 piezas de anís estrella
- 2 rajas de canela, troceadas
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA®

Preparación

- 1 Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el huevo, la mantequilla, la esencia de vainilla, la Leche Condensada LA LECHERA®, la harina de trigo, el polvo para hornear, el puré de calabaza, la canela en polvo, la nuez moscada, el jengibre y el cardamomo.
- 2 Precalienta una waflera, añade un poco de aceite en aerosol y con ayuda de un cucharón vierte un poco de la mezcla y cocina de 3 a 4 minutos o hasta que esté ligeramente dorado; repite con el resto de la mezcla.
- 3 Coloca la crema batida en una manga pastelera con una duya circular y forma algunos bombones sobre los waffles, decora con el anís estrella, la canela en raja y un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil. Ofrece.

Consejo culinario: Puedes añadir nuez o almendras a la mezcla de los waffles para darle un sabor y textura diferente.
Consejo nutricional: Consume canela para elevar la ingesta de potasio.



Waffles DE ABUELITA® cappuccino



15 minutos +
cocción



4 piezas

Ingredientes

- 1 taza de harina para hot cakes
- 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 2 huevos
- 2 cucharadas de mantequilla
- 2 tabletas de Chocolate para Mesa ABUELITA® Cappuccino, ralladas
- 8 fresas, desinfectadas y cortadas en cuatro

Preparación

- 1 Licúa la harina de hot cakes con 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, los huevos, la mantequilla y el Chocolate para Mesa ABUELITA® Cappuccino.
- 2 Vierte un poco de la mezcla en la wafflera y cocina por ambos lados hasta que doren ligeramente.
- 3 Repite el mismo procedimiento hasta terminar con la mezcla. Sirve los waffles con las fresas y disfruta.

Consejo culinario: Puedes utilizar esta masa para hacer cupcakes, horneándolos a 180 °C durante 25 minutos.
Consejo nutricional: Las fresas son frutas ricas en vitamina C.



Waffles DE CHOCOLATE y avena



35 minutos



4 porciones

Ingredientes

- 1 taza de Bebida de Avena NATURE'S HEART®
- 1 huevo
- 2 ½ cucharadas de aceite vegetal
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 8 cucharadas de miel de agave
- 1 ¼ tazas de harina de trigo, pasada por un colador
- ½ cucharada de polvo para hornear
- 4 cucharadas de Cacao en Polvo NATURE'S HEART®
- Aceite en aerosol
- 1 taza de fresas, desinfectadas y cortadas en cuartos
- ½ taza de moras azules

Preparación

- 1 Mezcla la Bebida de Avena NATURE'S HEART®, el huevo, el aceite, la esencia de vainilla, 4 cucharadas de miel de agave, la harina de trigo, el polvo para hornear y el Cacao en Polvo NATURE'S HEART®.
- 2 Precalienta una wafflera, añade algunos disparos de aceite y con ayuda de un cucharón vierte un poco de la mezcla y cocina de 3 a 4 minutos o hasta que esté ligeramente dorado; repite con el resto de la mezcla.
- 3 Decora los waffles con las fresas, las moras y el resto de la miel de agave; ofrece.

Consejo culinario: Es importante no abrir la wafflera antes de que termine el tiempo de cocción ya que si lo haces la masa no estará cocida y se quedará pegada.

Consejo nutricional: La fresa aporta fibra.

Realización:

RECETAS NESTLÉ®

Alejandro Issa

Yamel Barrera

Alejandro Antonio

América Navarrete

Andrea Rodríguez

Diseño e Ilustración:

Rajel Sandoval

Edición gastronómica:

Mariana Ortega

Desarrollo y Degustación de Recetas:

Chef Mariana Ortega

Chef Jonathan Núñez

Sub chef Noé Medina

Sub chef Abraham Gómez

Sub chef Ángeles Medina

Sub chef Tania Sánchez

Estilismo de Alimentos:

Mariana Ortega

Platos, etc.

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®,
ABUELITA®, NESCAFÉ® CLÁSICO®, NATURE'S
HEART® y sus diseños son marcas registradas,
utilizadas bajo la licencia de su titular, Sociéte
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:

