

RECETARIO SABORES QUE SE NOTAN

RECETAS INDIVIDUALES



COME BIEN. © Marcas Registradas Nestlé S.A. - Casei Pastale 633 - 1800 Vevey, Suiza.

Recetas
Nestlé
.com.mx

PAY DE LIMÓN EN VASO



INGREDIENTES

- 30 galletas Marías, molidas
- 1 barra de mantequilla, sin sal y fundida (90 g)
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ¼ taza de jugo de limón, colado
- 2 cucharadas de ralladura de naranja
- 1 taza de frutos rojos
- 1 limón, su cáscara
- 1 naranja, su cáscara

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Mezcla las galletas Marías con la mantequilla hasta integrar por completo; reserva.
- 2 Licúa la Leche Condensada LA LECHERA®, la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, agrega poco a poco el jugo de limón y la ralladura de naranja.
- 3 Vierte un poco de lo que licuaste en los vasos hasta llenar ⅓ de su capacidad, añade una capa de galleta y termina con una capa de mezcla de limón; refrigera por 10 minutos. Decora con los frutos rojos y las cáscaras de limón y naranja; ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Puedes agregar frutos rojos en la mezcla de limón o semillas como nuez y almendras.

CONSEJO NUTRICIONAL

El jugo de limón contiene vitamina C.



25 minutos



6 porciones



TIRAMISÚ LIGERO

INGREDIENTES

- 2 tazas de yogurt griego natural, sin azúcar y reducido en grasa
- 4 cucharadas de miel de abeja
- 1½ cucharaditas de esencia de vainilla
- 25 soletas
- 1½ tazas de Almendra Café **NATURE'S HEART**®
- ½ taza de Cacao en Polvo **NATURE'S HEART**®
- 4 hojas de menta, desinfectadas.

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Mezcla el yogurt griego, la miel de abeja y la esencia de vainilla hasta integrar por completo.
- 2 Humedece las soletas en Almendra Café **NATURE'S HEART**® conforme las vayas utilizando. Cubre el fondo de 4 vasos con una capa de soletas, añade una capa de la mezcla de yogurt, otra capa de soletas y una más de la mezcla de yogurt. Refrigerera por 20 minutos.
- 3 Decora con el Cacao en Polvo **NATURE'S HEART**® y las hojas de menta; ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Al desinfectar tus ingredientes, recuerda que la sal, el jugo de limón y vinagre; no funcionan como desinfectantes ya que no cumplen los requerimientos necesarios. Usa desinfectantes comerciales y siguiendo las instrucciones de uso.

TIP

Puedes sustituir la miel de abeja por miel de agave.

CONSEJO NUTRICIONAL

La miel aporta fósforo.



25
minutos
+ refrigeración



4 porciones

CHEESECAKE DE CHOCOPLÁTANO

INGREDIENTES

- 1 ½ tazas de granola
- 2 plátanos, maduros
- 1 lata de Media Crema **NESTLÉ®**
- 1 ½ paquetes de queso crema, a temperatura ambiente (190 g c/u)
- 1 bolsita de Leche Condensada **LA LECHERA®** (209 g)
- ¼ taza de Alimento en Polvo para Preparar Bebida Sabor a Chocolate **MORELIA PRESIDENCIAL®**
- 2 sobres de grenetina (7 g c/u), hidratada en ½ taza de agua y disuelta a baño María
- 1 taza de yogurt griego, natural
- 1 ½ tazas de chips de plátano
- 1 barra de Chocolate Amargo **NESTLÉ®** Chocolatería, troceado (80 g)

MODO DE PREPARACIÓN

- 1** Vierte un poco de granola en 6 vasos pequeños para formar la base del cheesecake.
- 2** Para el cheesecake, licúa los plátanos, la Media Crema **NESTLÉ®**, el queso crema, la Leche Condensada **LA LECHERA®**, el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Sabor a Chocolate **MORELIA PRESIDENCIAL®** y la grenetina disuelta. Vierte sobre la base de granola y refrigera por 3 horas o hasta que cuaje por completo.
- 3** Decora con el yogurt, los chips de plátano y el Chocolate Amargo **NESTLÉ®** Chocolatería. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Para evitar que el plátano madure rápidamente, consérvalo en penca.

CONSEJO NUTRICIONAL

El plátano aporta potasio.



25
minutos
+ refrigeración



6 piezas



CHEESECAKE DE ZARZAMORA

INGREDIENTES

- 1 Paquete de queso crema, a temperatura ambiente (190 g)
- 1 Envase de Media Crema NESTLÉ® (190 g)
- ½ Taza de Leche Condensada LA LECHERA®
- ⅓ Taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 Sobre de grenetina (7 g), hidratada en ¼ taza de agua y disuelta a baño María
- 1 Cucharadita de esencia de vainilla
- 1 Barra de mantequilla, fundida (90 g)
- 30 Galletas Marías, molidas
- ¾ Taza de mermelada de zarzamora, molida
- ½ Taza de zarzamoras
- ½ Taza de frambuesas
- 8 Hojas de menta, desinfectada

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Licúa el queso crema con la Media Crema NESTLÉ®, la Leche Condensada LA LECHERA®, la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® y la esencia de vainilla. Con la licuadora encendida agrega la grenetina disuelta.
- 2 Mezcla la mantequilla con las galletas y distribuye en 5 vasos pequeños para formar la base, rellena con la preparación anterior hasta cubrir ¾ partes de la capacidad del vaso; refrigera por 20 minutos.
- 3 Decora la superficie con la mermelada, las zarzamoras, las frambuesas y las hojas de menta. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Recuerda batir o licuar el queso crema a temperatura ambiente, ya que la consistencia será más suave y será más sencillo mezclarlo con el resto de los ingredientes.

CONSEJO NUTRICIONAL

Puedes sustituir las fresas por mango.



25
minutos
+ refrigeración



4 porciones

MINI CHEESECAKE ROL DE CANELA

INGREDIENTES

BASE

- 15 galletas Marías, molidas
- $\frac{3}{4}$ barra de mantequilla, fundida (68 g)
- $\frac{1}{2}$ cucharada de canela, molida
- $\frac{1}{4}$ taza de nuez, picada
- 6 capacillos, mediano

GLASEADO

- $\frac{1}{4}$ taza de azúcar refinada
- $\frac{1}{3}$ barra de mantequilla, fundida (34 g)
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de canela, molida

RELLENO

- 2 paquetes de queso crema, a temperatura ambiente (190 g c/u)
- 1 bolsita de Leche Condensada **LA LECHERA**® (209 g)
- $\frac{1}{2}$ cucharada de canela, molida

MODO DE PREPARACIÓN

- 1** Para la base, mezcla las galletas Marías, $\frac{3}{4}$ barra de mantequilla, $\frac{1}{2}$ cucharada de canela y la nuez, vierte la mezcla en un molde para cup cakes con los capacillos.
- 2** Para el relleno, bate el queso crema, la Leche Condensada **LA LECHERA**® y $\frac{1}{2}$ cucharada de canela, vierte sobre la base de galleta.
- 3** Para el glaseado, mezcla el azúcar, el resto de la mantequilla y el resto de la canela, vierte en una mamila y forma un espiral sobre el relleno, congela por 45 minutos y ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Puedes fundir la mantequilla en microondas, hazlo en lapsos de 15 segundos para evitar que se quem.

TIP

Puedes sustituir el ate de guayaba por higos cristalizados.

CONSEJO NUTRICIONAL

El queso aporta fósforo.



20
minutos
+ congelación



6 porciones

Realización:
RECETAS NESTLÉ®
Jessi Cervantes
Karina Poblete
Ximena Sadurni
Diana Hernández

Desarrollo de Recetas:
Mariana Ortega
Jonathan Núñez

Fotografía:
Studio Becky Treves

Diseño Gráfico:
Alejandra Olivares

Apoyo Gráfico:
Vanessa Rivera

© Marcas Registradas usadas bajo licencia de su titular, Société des Produits Nestlé S.A., Case Postale 353, 1800 Vevey, Suiza.



Recetas
Nestlé
.com.mx

DESCUBRE MÁS
RECETAS EN:

