

RECETARIO SABORES QUE SE NOTAN

DÍA DEL AMOR DE LA AMISTAD



© COME BIEN. © Marcas Registradas usadas bajo licencia de su titular. Société des Produits Nestlé S.A., Case Postale 633, 1800 Vevey, Suiza.

Recetas
Nestlé
.com.mx

CAKE POPS

RED VELVET



INGREDIENTES

- 1 paquete de queso crema, a temperatura ambiente (190 g)
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- ½ taza de cerezas en almíbar, picadas
- 1 panqué de vainilla, desmoronado (255 g)
- 4 gotas de colorante vegetal rojo, para alimentos
- 500 g de chocolate blanco, fundido
- Palitos de madera
- Chochitos de colores

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Bate el queso crema hasta acremar, añade la Leche Condensada LA LECHERA® con las cerezas y agrega poco a poco el panqué y gotas de colorante; mezcla hasta que se integre y refrigera por 1 hora.
- 2 Forma bolitas con la mezcla anterior y reserva. Toma un palito de madera y cubre la punta con chocolate, inserta sobre una bolita y déjalas secar hasta que endurezca el chocolate.
- 3 Cubre las cake pops con el chocolate blanco, decora con los chochitos de colores y deja secar. Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Coloca los chochitos un poco antes de que el chocolate se seque para evitar que se caigan.

CONSEJO NUTRICIONAL

Tomar agua es una forma simple de mantenerse bien hidratado.



30
minutos
+ refrigeración



20 piezas



CHEESECAKE DE CORAZÓN DESLACTOSADO



INGREDIENTES

Base

- 1 barra de margarina, fundida (90 g)
- 2 tazas de Cereal Integral Corn Flakes NESTLÉ®, molido
- Papel aluminio

Relleno

- 2 barras de queso crema deslactosado, a temperatura ambiente (190 g c/u)
- 1 lata de Leche Condensada LA LECHERA® Deslactosada
- 1 envase de Media Crema NESTLÉ® Deslactosada (190 g)

- 2 cucharadas de esencia de vainilla
- 8 sobres de grenetina (7 g c/u), hidratada en 1 taza de agua y disuelta a baño María
- Colorante vegetal rojo, para alimentos.

Cubierta

- 1 sobre de gelatina sabor fresa (35 g)
- 1 ½ tazas de agua, caliente
- 1 sobre de grenetina (7 g), hidratada en ¼ taza de agua y disuelta a baño María

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Para la base, vierte la margarina sobre el Cereal Integral Corn Flakes NESTLÉ®, hasta integrar, forra un molde con papel aluminio, coloca la mezcla anterior y cubre la base, refrigera hasta por 10 minutos.
- 2 Para el relleno, licúa el queso, la Leche Condensada LA LECHERA® Deslactosada, la Media Crema NESTLÉ® Deslactosada y la esencia de vainilla, agrega poco a poco la grenetina previamente disuelta. Divide la mezcla a la mitad, añade a una de ellas un poco de colorante. Vierte sobre la costra de cereal alternando cada color, congela durante 2 horas o hasta que esté firme. Desmolda y corta pequeñas porciones ayudándote de un cortador para galletas en forma de corazón.
- 3 Para la cubierta, disuelve la gelatina en el agua, agrega la grenetina previamente disuelta; espera a que enfríe a temperatura ambiente sin dejar que cuaje. Coloca los corazones de cheesecake congelados en una rejilla, baña con la mezcla anterior y congela por 30 minutos más.

CONSEJO CULINARIO

Puedes decorar los corazones de cheesecake con frutos rojos.

CONSEJO NUTRICIONAL

Planear tus comidas y la porción de tu postre te ayudará a mantener una alimentación correcta.



40
minutos
+ congelación



15 porciones



CHURRO SHAKE

INGREDIENTES

- ½ taza de agua
- 1 barra de mantequilla (90 g)
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ¼ taza de azúcar
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 2 tazas de harina de trigo, pasada por un colador
- 4 huevos,
- aceite vegetal, para freír
- ½ taza de azúcar
- 1 cucharada de canela, molida
- 1 barra de chocolate blanco, fundida (150 g)
- ½ taza de minicorazones de azúcar, rojos y rosas

MALTEADA

- 3 tazas de fresas, congeladas
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 4 bolas de helado sabor a fresa
- 1/3 taza de Leche Condensada LA LECHERA®
- ½ taza de agua
- 1 taza de crema batida
- 2 fresas, desinfectadas y rebanadas

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Calienta el agua con la mantequilla, 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, ¼ taza de azúcar y la esencia de vainilla hasta que se integre; agrega la harina de trigo y mezcla con una pala de madera hasta formar una masa que se despegue. Coloca en una batidora la masa y bate hasta entibiar, agrega los huevos uno a uno hasta integrar; coloca la masa en una manga pastelera con una duya rizada. Forma corazones sobre una charola con papel encerado y congela por 1 hora. Calienta el aceite y fríe los corazones de masa hasta que doren ligeramente, colócalos sobre papel absorbente para retirar el exceso de grasa; deja enfriar y espolvorea la mitad de cada corazón con el azúcar restante previamente mezclada con la canela. La otra mitad cúbreala con el chocolate blanco y los minicorazones de azúcar; deja secar.
- 2 Para la malteada, licúa las fresas congeladas, 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el helado, la Leche Condensada LA LECHERA® y el agua. Sirve en vasos, decora con la crema batida, las rebanadas de fresa y el churro decorado. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Si no tienes batidora, entibia la masa en un tazón grande, agrega los huevos uno por uno y mezcla con una pala de madera.

CONSEJO NUTRICIONAL

La fresa aporta antioxidantes.



20
minutos
+ congelación
+ cocción.



4 porciones

GALLETAS DE CORAZÓN



INGREDIENTES

- 1 ½ barras de mantequilla, a temperatura ambiente (90 g c/u)
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- 2 tazas de harina, pasadas por un colador
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 1 cortador para galletas, en forma de corazón
- 100g de chocolate rosa, fundido
- 100g de chocolate rojo, fundido
- 100g de chocolate blanco, fundido

Horno precalentado a 180 °C

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Bate la mantequilla hasta acremar, vierte la bolsita de Leche Condensada LA LECHERA®, la harina y la vainilla. Mezcla hasta integrar por completo, retira la masa de la batidora y cubre con plástico adherente; refrigera por 30 minutos.
- 2 Con ayuda de un rodillo extiende la masa sobre una superficie enharinada y marca los corazones con ayuda del cortador, coloca en charolas previamente engrasadas y enharinadas; hornea a 180 °C por 20 minutos. Deja enfriar.
- 3 Para decorar las galletas, forma cucuruchos pequeños con el papel encerado y rellénalos con los diferentes chocolates. Cubre la mitad de las galletas con chocolate; deja secar. Decora con puntos y líneas la otra mitad de la galleta. Deja que seque y ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Si deseas puedes añadir nuez, almendra o avellana molida a la masa para darle un sabor diferente.

CONSEJO NUTRICIONAL

La mantequilla aporta vitamina E a tu dieta.



30
minutos
+ refrigeración
+ horneado.



25 piezas

PANQUÉ DE CORAZÓN



INGREDIENTES

- 1 panqué de vainilla, comercial, en rebanadas (255 g)

PASTEL

- 1 ½ barras de mantequilla, a temperatura ambiente (90 g c/u)
- 1 bolsa de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- 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®
- Colorante vegetal rojo, para alimentos

BETÚN DE CANELA

- 1 paquete de queso crema, a temperatura ambiente (190 g)
- 3 cucharadas de azúcar glass
- ½ taza de cereza en almíbar

Horno precalentado a 180 °C

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 En cada rebanada de panqué, corta corazones con ayuda de un cortador para galletas. Colócalos en una charola y congela durante 2 horas.
Para el pastel, acrema la mantequilla y agrega la Leche Condensada LA LECHERA®. Añade los huevos y bate hasta incorporar. Agrega la harina y el polvo para hornear previamente pasados por un colador, la esencia de vainilla, ½ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® y el colorante vegetal rojo. En un molde para panqué previamente engrasado y enharinado, vierte un poco de la mezcla hasta llenar ¼ parte del molde. Acomoda una hilera de los corazones de panqué congelados, presiona un poco para que no se caigan. Vacía el resto de la mezcla del panqué y hornea a 180 °C durante 50 minutos o hasta que esté cocido, retira del horno, deja enfriar y desmolda.
- 2 Bate el queso crema el azúcar glass, decora el panqué con el betún y las cerezas. Ofrece.

CONSEJO CULINARIO

Si lo deseas puedes sustituir la esencia de vainilla por nuez, naranja o almendra.

CONSEJO NUTRICIONAL

El queso aporta calcio.



50 minutos



10 porciones



VASO ENAMORADO



INGREDIENTES

- 2 tazas de fresas, congeladas
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- ½ taza de granola
- ¾ taza de almendras, fileteadas
- ¼ taza de piñones rosas
- ¼ taza de avellanas, tostadas
- 1 taza de frambuesas
- ½ taza de crema batida
- 8 cerezas rojas, en almíbar
- 4 flores comestibles, color rosa

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Licúa las fresas con la Leche Condensada LA LECHERA® y sirve en 4 vasos llenando 1/3 de su capacidad.
- 2 Llena el resto del vaso con un poco de granola, almendras, piñones, avellanas y frambuesas.
- 3 Decora con la crema batida, las cerezas, el resto de las almendras y las flores. Ofrece.



CONSEJO CULINARIO

Tuesta las avellanas en el microondas durante 5 minutos en intervalos de 1 minuto, frota las avellanas contra las palmas de tus manos para retirar la cáscara.

CONSEJO NUTRICIONAL

La fresa aporta fibra.



15 minutos



4 porciones

PASTEL DE CORAZÓN DOMINÓ



INGREDIENTES

PASTEL

- 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®**
- colorante vegetal rosa intenso, para alimentos
- colorante vegetal rosa pastel, para alimentos

BETÚN

- 2 paquetes de queso crema, a temperatura ambiente (190 g c/u)
- 1 barra de chocolate blanco, fundido (150 g)
- ¼ taza de azúcar glass
- 1 taza de coco, rallado
- ½ taza de chochitos de colores
- ¼ taza de frambuesas, para decorar
- hojas de menta

Horno precalentado a 180 °C

MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Para el pastel, 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®. Divide la mezcla en dos tazones, a uno agrega colorante rosa intenso y al otro colorante rosa pastel. Vierte cada una de las preparaciones en dos moldes para pastel en forma de corazón engrasados y enharinados. Hornea a 180 °C por 25 minutos o hasta que al introducir un palillo salga limpio. Retira del horno, deja enfriar y desmolda.
- 2 Para el betún, bate el queso crema con el chocolate blanco y el azúcar glass; refrigera durante 20 minutos.
Para armar el pastel, corta cada uno de los pasteles a la mitad; en cada una de las partes corta un corazón mediano y uno más pequeño en el centro con ayuda de un cuchillo; separa todos los corazones. Unta el interior del corazón rosa intenso más grande con un poco de betún para pegar, inserta uno rosa pastel mediano, unta el interior con betún y en el centro un corazón pequeño rosa intenso. Repite estos pasos con la otra mitad de pastel, alternando los colores. En el corazón rosa pastel unta betún en el interior, colorea un corazón mediano rosa intenso, más betún y uno rosa pastel. Unta la superficie de los pasteles con betún, acomódalos uno encima de otro alternando los colores; cubre con el betún restante, espolvorea con coco y decora con los chochitos de colores, las frambuesas y la menta.
- 3



CONSEJO CULINARIO

Puedes utilizar coco natural rallado y tostado para disminuir el consumo de azúcar.

CONSEJO NUTRICIONAL

Si vas a preparar un postre, opta por usar harinas integrales, así como frutas y especias como canela, nuez y vainilla.



50 minutos



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:

