

Desayunos

PARA MAMÁ

Desayunos para mamá



Recetas
Nestlé



Pan

FRANCÉS



INGREDIENTES

- 1 Huevo
- ½ Taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 4 Rebanadas de Pan de caja sin orillas
- Kirkland Signature Aceite vegetal para freír
- ¼ Taza de Azúcar
- 1 Cucharada de Kirkland Signature Canela Molida
- 1 Plátano rebanado
- 1 Taza de Frambuesas

PREPARACIÓN

- 1 Bate el huevo con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® hasta integrar por completo.
- 2 Pasa las rebanadas de pan por la mezcla anterior. Calienta un poco de Kirkland Signature Aceite Vegetal y fríe hasta que estén doradas por ambos lados.
- 3 Mezcla el azúcar con la Kirkland Signature Canela Molida, cubre las rebanadas de pan y decora con las rebanadas de plátano y las frambuesas.

Consejo culinario: Puedes agregar un poco de nuez moscada en la mezcla para un sabor especiado.

Consejo nutricional: El huevo aporta proteína a tu dieta.



Hot Cakes

DE ZANAHORIA



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
- 1 Cucharadita de Canela molida
- $\frac{1}{2}$ Taza de Zanahoria rallada
- 3 Cucharadas de Nuez picada
- 4 Cucharadas de Pasas
- 2 Cucharadas de Mantequilla
- 1 Envase de Leche Condensada LA LECHERA® Untable
- $\frac{1}{4}$ Taza de Zanahoria rallada
- $\frac{1}{4}$ Taza de Nuez picada
- 6 Hojas de Menta fresca desinfectadas

PREPARACIÓN

- 1** Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el huevo, 2 cucharadas de mantequilla fundida, la esencia de vainilla, la harina para hot cakes, 1 cucharadita de canela, $\frac{1}{2}$ taza de zanahoria, 3 cucharadas de nuez y las pasas.
- 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, cúbrelos con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Untable, decora con el resto de la zanahoria, la nuez y las hojas de menta. Ofrece.

Consejo culinario: Puedes utilizar esta masa para hacer cupcakes, vierte en un recipiente con capacillos y hornea a 180 °C de 20 a 25 minutos.

Consejo nutricional: La zanahoria contiene vitamina A.



Mini Hot Cakes

DE PLÁTANO



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
- 1 Cucharada de Canela molida
- 2 $\frac{1}{2}$ Plátanos cortados en rodajas
- 2 Cucharadas de Mantequilla
- $\frac{1}{2}$ Taza de Nuez picada
- 1 Taza de Fresas desinfectadas y cortadas en cuartos
- Dulce de Leche LA LECHERA® Sirve Fácil al gusto

PREPARACIÓN

- 1** Mezcla la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con el huevo, la mantequilla fundida, la esencia de vainilla, la harina para hot cakes y la canela; vierte las rodajas de plátano.
- 2** Calienta una sartén, agrega un poco de mantequilla y coloca las rodajas de plátano para formar los hot cakes; cocina por ambos lados y repite hasta terminar con los ingredientes.
- 3** En un tazón, sirve un poco de mini hot cakes, decora con las fresas, la nuez y un poco de Dulce de Leche LA LECHERA® Sirve Fácil. Ofrece.

Consejo culinario: Puedes sustituir el huevo por 1 pieza de plátano hecho puré.

Consejo nutricional: 1 pieza de plátano equivale a dos porciones de fruta.



Omelette

CON SALSA

cremosa



INGREDIENTES

- 1 Taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 Paquete de Queso crema a temperatura ambiente (190 g)
- 1 Taza de Agua
- ¼ Taza de Queso parmesano rallado
- 1 ½ Cucharadas de Fécula de maíz
- 1 Cucharada de Consomé de pollo en polvo
- 8 Huevos ligeramente batidos
- ½ Taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ½ Cucharadita de Sal
- 2 Cucharaditas de Aceite de maíz
- 8 Rebanadas de Jamón
- 1 Paquete de Queso tipo manchego rallado (200 g)
- ½ Taza de Jitomates cherry cortados a la mitad
- 2 Tazas de Espinacas baby desinfectadas

PREPARACIÓN

1

Para la salsa de queso, licúa 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el queso crema, el agua, el queso parmesano, la fécula de maíz y el consomé de pollo. Calienta lo que licuaste hasta que espese ligeramente moviendo constantemente.

2

Para el omelette, mezcla los huevos con ½ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® y ½ cucharadita de sal. En una sartén, calienta un poco de aceite, vierte una parte de la mezcla anterior y extiende por toda la sartén para formar el omelette; cocina por ambos lados. Rellena con un poco de jamón y queso tipo manchego; dobla a la mitad y cocina 1 minuto más. Repite el proceso con el resto de los ingredientes.

3

Sirve el omelette con la salsa de queso y acompaña con los jitomates y las espinacas baby. Ofrece.

Consejo culinario: Al comprar huevo, revisa que el cascarón esté limpio, ya que es poroso y puedes evitar infecciones.

Consejo nutricional: Complementa los beneficios del huevo con verduras en tus preparaciones.



Chilaquiles

ROJOS



INGREDIENTES

- 4 Chiles de árbol sin semillas y remojados en agua caliente
- 4 Jitomates cortados en cuartos
- 1 ½ Tazas de puré de tomate natural
- ¾ De taza de agua
- 2 Cubos de Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®
- 1 Cucharada de aceite vegetal
- 1 Bolsa de Totopos de maíz (300 g)
- 1 Pechuga de pollo cocida y deshebrada (500 g)
- ½ Cebolla morada picada finamente
- 1 Envase de Media Crema NESTLÉ® refrigerada
- 200 Gramos de queso panela rallado

PREPARACIÓN

- 1 Licúa los chiles con los jitomates, el puré de tomate, el agua, el Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®. Calienta el aceite, vierte lo que licuaste y cocina por 10 minutos o hasta que espese ligeramente.
- 2 Sirve los totopos, baña con la salsa, decora con el pollo, la cebolla morada, la Media Crema NESTLÉ® y el queso panela.
- 3 Ofrece.

Consejo culinario: Puedes agregar una pizca de azúcar para eliminar la acidez del jitomate.

Consejo nutricional: El jitomate aporta antioxidantes.



Chilaquiles CON SALSA de chicharrón



INGREDIENTES

- 500 Gramos de chicharrón prensado cortado en cubos
- 8 Chiles guajillo sin semillas y remojados en agua caliente
- 1 Chile serrano cocido
- 2 Jitomates cocidos
- ¼ De pieza de cebolla cocida
- 2 Dientes de ajo cocidos
- 2 Cubos de Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®
- 1.5 Litros de agua
- 1 Paquete de totopos de maíz (300 g)
- 1 Pechuga de pollo cocida y deshebrada (300 g)
- 1 Taza de queso blanco rallado
- 1 Envase de Media Crema NESTLÉ® refrigerada (190 g)
- ½ Cebolla morada fileteada
- 5 Ramitas de cilantro fresco desinfectado y picado finamente

PREPARACIÓN

- 1 Para la salsa, fríe el chicharrón hasta que dore ligeramente, licúa los chiles con el jitomate, la cebolla, el ajo, el Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE® y el agua; cuele y vierte sobre el chicharrón. Cocina hasta que espese ligeramente.
- 2 Sirve los totopos, baña con la salsa caliente y decora con el pollo, el queso, la Media Crema NESTLÉ®, la cebolla morada y el cilantro picado.
- 3 Ofrece.

Consejo culinario: Puedes sustituir el agua por caldo de pollo para darle más sabor a la receta.

Consejo nutricional: El chicharrón aporta vitamina B1.



Huevos ITALIANOS



INGREDIENTES

- 6 Jitomates cortados en cuartos
- 1 Taza de agua
- 2 Cubos de Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®
- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- ½ Cebolla picada finamente
- 1 Cucharada de ajo picado
- 1 Cucharadita de pimienta negra molida
- 1 Cucharadita de orégano
- 8 Huevos
- ½ Taza de queso tipo manchego rallado
- 4 Hojas albahaca desinfectada

PREPARACIÓN

- 1 Licúa los jitomates, el agua y el Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®; cuele.
- 2 Calienta el aceite de oliva y fríe la cebolla con el ajo hasta que cambien de color, vierte lo que licuaste, la pimienta, el orégano y cocina hasta que hierva.
- 3 Agrega los huevos, tapa y cocina a fuego bajo hasta que los huevos estén cocidos. Añade el queso, las hojas de albahaca, tapa y cocina por 3 minutos más; ofrece.

Consejo culinario: Cuando la salsa esté ligeramente ácida, puedes añadir un poco de azúcar y cocinarla hasta que hierva.

Consejo nutricional: Complementa los beneficios del huevo con verduras en tus preparaciones.



Pesto

TOAST



INGREDIENTES

- $\frac{3}{4}$ Taza de salsa pesto
- 1 Cucharada de Salsa Inglesa CROSSE & BLACKWELL®
- 4 Huevos, estrellados
- 1 Cucharada de Kirkland Signature Aceite de Oliva Extra Virgen
- $\frac{1}{2}$ Taza de jitomates cherry
- 4 Rebanadas de pan de centeno, rústico y tostado
- $\frac{1}{4}$ Cucharadita de Kirkland Signature Pimienta Negra
- 3 Cucharadas de Media Crema NESTLÉ®
- $\frac{1}{4}$ Taza de queso parmesano

PREPARACIÓN

- 1** En una sartén caliente el pesto con la Media Crema NESTLÉ® y la Salsa Inglesa CROSSE & BLACKWELL®.
- 2** Calienta el Kirkland Signature Aceite de Oliva Extra Virgen y asa los jitomates cherry con la Kirkland Signature Pimienta Negra por 2 minutos.
- 3** Sobre una rebanada de pan unta un poco del pesto y coloca un huevo estrellado. Decora con los jitomates cherry y el queso parmesano. Disfruta.

Consejo culinario: Si lo deseas puedes agregar algunas rebanadas de jamón de pavo.

Consejo nutricional: El consumo de huevo incrementa el aporte de proteína.

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®, CONSOMATE® 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.



