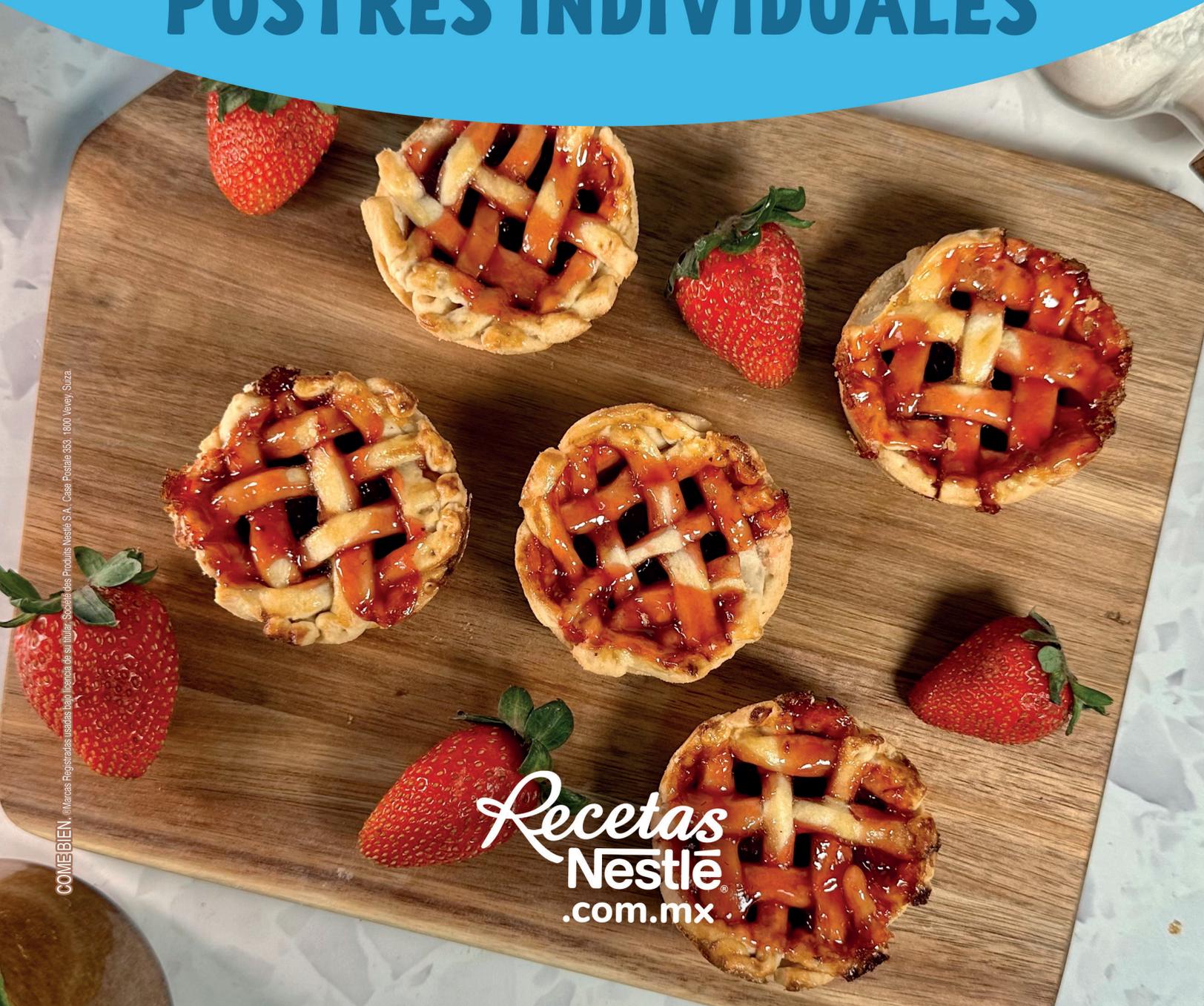


# RECETARIO SABORES QUE SE NOTAN POSTRES INDIVIDUALES



COMEBIEN. © Marcas Registradas usadas bajo licencia de su titular. Société des Produits Nestlé S.A. Case Postale 833, 1800 Vevey, Suiza.

Recetas  
Nestlé  
.com.mx

# POSTRE DE CHOCOLATE CON HELADO

## INGREDIENTES

¾ taza de Alimento en Polvo para Preparar Bebida Sabor a Chocolate MORELIA PRESIDENCIAL®

1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®

¼ taza de fécula de maíz

2 tazas de agua

1 cucharada de canela, molida

4 bolas de helado de vainilla

4 hojas de menta, desinfectada

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Licúa el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Sabor a Chocolate MORELIA PRESIDENCIAL® con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, la fécula de maíz, el agua y la canela hasta integrar por completo todos los ingredientes. Calienta en una olla a fuego medio moviendo constantemente por 10 minutos. Enfría y reserva.
- 2 Sirve la mezcla en vasos pequeños, cubre con papel aluminio y refrigera por 1 hora o hasta que cuaje ligeramente.
- 3 Decora con las bolas de helado y la menta. Ofrece.



### CONSEJO CULINARIO

Puedes agregar un poco de nueces a la mezcla.

### CONSEJO NUTRICIONAL

Consume canela para elevar la ingesta de potasio.



15 minutos + refrigeración



4 porciones



# MINI CHEESECAKE SIN HORNO

## INGREDIENTES

### RELLENO

½ paquete de queso crema,  
deslactosado (95 g)

½ taza de Leche Condensada  
LA LECHERA® Deslactosada

½ cucharadita de esencia de vainilla

### BASE

¼ taza de cacahuates, sin sal

¼ taza de arándanos

### COMPOTA

¼ taza de agua

1 taza de moras azules

¼ taza de azúcar mascabado

¼ taza de yogurt griego, natural,  
sin azúcar y deslactosado

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Para el relleno, bate el queso hasta acremar, añade la Leche Condensada LA LECHERA® Deslactosada y la esencia de vainilla. Coloca la mezcla en moldes de silicón engrasados.
- 2 Para la base, en un procesador para alimentos añade los cacahuates y los arándanos y procesa hasta integrar. Cubre la superficie del cheesecake y congela por 3 horas o hasta que estén firmes.
- 3 Para la compota, calienta el agua, las moras azules y el azúcar hasta que espese ligeramente; deja enfriar. Desmolda los cheesecakes, decora con el yogurt y la compota; ofrece.



### CONSEJO CULINARIO

Es importante engrasar cualquier molde de silicón para desmoldar fácilmente los postres.

### CONSEJO NUTRICIONAL

El consumo de arándanos deshidratados aporta vitamina D.



**25**  
minutos  
+ congelación



**4** piezas



# MANGO SAGO

## INGREDIENTES

2 tazas de agua

½ taza de tapioca, remojada en agua caliente durante 30 minutos y escurrida

1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®

1 lata de Leche Condensada LA LECHERA®

4 tazas de mango, cortado en cubos

4 hojas de menta, desinfectadas

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Calienta el agua hasta que hierva, agrega la tapioca y cocina de 20 a 25 minutos a fuego alto; cuela.
- 2 Licúa la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® con la Leche Condensada LA LECHERA® y 3 ½ tazas de mango; mezcla lo que licuaste con la tapioca.
- 3 Sirve en copas y refrigera por 20 minutos. Decora con el resto del mango y las hojas de menta; ofrece.



### CONSEJO CULINARIO

Puedes cambiar el mango por fresa.

### CONSEJO NUTRICIONAL

El mango aporta vitamina A.



minutos



4 porciones



# ROL DE CANELA Y PLÁTANO EN TAZA

## INGREDIENTES

¾ barra de mantequilla, fundida (67 g)

¼ taza de azúcar, mascabado

1 ½ cucharadas de canela, molida

3 rebanadas de pan blanco de caja, sin orillas

1 plátano, rebanado

¼ taza de almendras, fileteadas

1 huevo

⅓ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®

3 cucharadas de Leche Condensada LA LECHERA®

1 cucharadita de esencia de vainilla

Horno de microondas en potencia media

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Mezcla la mantequilla con el azúcar mascabado y la canela. Reserva. Para formar los roles, une 3 rebanadas de pan de caja por la orilla y forma una tira. Unta un poco de mantequilla con canela, añade rebanadas de plátano y un poco de almendras. Enrolla, barniza con más mantequilla y corta por la mitad en forma horizontal para formar 2 porciones de roles.
- 2 Mezcla el huevo con ⅓ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, 3 cucharadas de Leche Condensada LA LECHERA® y la esencia de vainilla. Coloca 1 porción de rol de canela en una taza y vierte la mitad de la mezcla de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® en cada una.
- 3 Cocina en el microondas por 1 minuto y medio en intervalos de 30 segundos a potencia alta, recuerda abrir la puerta del microondas entre cada intervalo. Deja enfriar, refrigera y ofrece.



### CONSEJO CULINARIO

Puedes agregar un poco de nuez picada.

### CONSEJO NUTRICIONAL

Las almendras contienen vitamina "E".



20 minutos  
+ refrigeración



2 porciones



# MINI PAYS DE FRESA



## INGREDIENTES

### RELLENO

- 2 tazas de fresas, desinfectadas y picadas
- 1 limón, su jugo
- ¾ taza de azúcar
- 1 cucharada de fécula de maíz, disuelta en ¼ taza de agua

- 1 barra de mantequilla, fría y cortada en cubos pequeños (90 g)
- 5 cucharadas de agua, fría
- 1 huevo, ligeramente batido
- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil

### MASA

- 1 ½ tazas de harina de trigo, pasada por un colador

Horno precalentado a 180 °C

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Para el relleno, calienta las fresas, el jugo de limón y el azúcar; cocina por 10 minutos a fuego medio, moviendo constantemente. Añade la fécula y cocina por 20 minutos más; espera a que enfríe.
- 2 Para la masa, mezcla la harina con la mantequilla hasta tener una textura similar a la de la arena, agrega el agua y amasa hasta integrar por completo. Sobre una mesa enharinada y con ayuda de un rodillo extiende la masa hasta tener ½ cm de grosor. Corta 6 círculos de 9.5 cm de diámetro y con el resto de la masa corta tiras de 1 cm de grosor.
- 3 En un molde para cupcakes de 6 cavidades previamente engrasado y enharinado, coloca un círculo de masa, agrega un poco del relleno, con las tiras de masa y forma una reja sobre el pay; repite con el resto de la preparación. Barniza con el huevo y hornea a 180 °C de 35 a 40 minutos. Decora con la Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil y ofrece.

### CONSEJO CULINARIO

Es importante usar la mantequilla fría, para evitar que la masa se desgrase durante el horneado.

### CONSEJO NUTRICIONAL

Puedes sustituir las fresas por moras azules.



30 minutos  
+ horneado



6 piezas



# FRUTOS ROJOS CREMOSOS

## INGREDIENTES

- 400g de fresas, desinfectadas y cortadas en cuartos
- 200g de moras azules
- 200g de frambuesas
- 2 envases de Media Crema NESTLÉ® (190 g c/u)
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Coloca en un recipiente con tapa las fresas, las moras, las frambuesas, un poco de Media Crema NESTLÉ® y de Leche Condensada LA LECHERA®.
- 2 Refrigera por una noche y disfruta.



### CONSEJO CULINARIO

Si lo deseas puedes agregar un poco de plátano, manzana y amaranto.

### CONSEJO NUTRICIONAL

Los lácteos son fuente de proteína.



minutos



4 porciones

# POSTRE DE MANGO Y FRESA



## INGREDIENTES

1 lata de Leche Condensada LA LECHERA®

2 tazas de mango, congelado

2 tazas de fresas, congeladas

1 taza de mango, cortado en cubos

½ taza de fresas, desinfectadas y cortadas en rebanadas

4 hojas de menta, desinfectadas

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Licúa la mitad de la lata de Leche Condensada LA LECHERA® con el mango congelado y vierte en 4 copas; reserva.
- 2 Licúa las fresas congeladas con el resto de la Leche Condensada LA LECHERA® y vierte sobre la preparación de mango.
- 3 Decora con los cubos de mango, las rebanadas de fresa y las hojas de menta. Ofrece.

### CONSEJO CULINARIO

Descongela por pocos minutos las frutas y ve agregándolas poco a poco a la licuadora para facilitar la preparación.

### CONSEJO NUTRICIONAL

La fresa aporta antioxidantes.



20 minutos



4 porciones



# BARQUILLOS DE FRUTA



## INGREDIENTES

6 barquillos para helado

1 barra de chocolate amargo, fundido (150 g)

2 tazas de fresas, desinfectadas y cortadas en cuartos

1 mango, cortado en cubos

3 kiwis, cortados en medias lunas

½ taza de moras azules

1 envase de Leche Condensada LA LECHERA®

## MODO DE PREPARACIÓN

- 1 Cubre el interior de los barquillos con el chocolate amargo y refrigéralos por 2 minutos para que el chocolate endurezca.
- 2 Mezcla las fresas con los cubos de mango, las medias lunas de kiwi y las moras azules.
- 3 Rellena los barquillos con la fruta y decora con un poco de Leche Condensada LA LECHERA® Sirve Fácil. Ofrece.

### CONSEJO CULINARIO

Puedes agregar un poco de almendras fileteadas.

### CONSEJO NUTRICIONAL

El kiwi aporta vitamina C a tu dieta.



minutos



6 piezas



**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:**  
Vanesa 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:

