Nestlé Nesquik PLUS^

# RECETAS HEL-HADAS

Recetas Nestlé

COME BIEN. ®Marcas registradas usadas bajo licencia de su titular, Société des Produits Nestlé S.A., Case Postale 353, 1800 Vevey, Suiza.
^Producto reducido en azúcar con base a la NOM-086-SSAI-1194, con respecto a la receta original.

## Ingredientes

- ½ taza de Leche Condensada LA LECHERA®
- ½ taza de Alimento en Polvo CARNATION® CLAVEL®
- 5 cucharadas de NESQUIK® Fresa
- 2 ½ tazas de agua
- 1 ½ tazas de refresco, sabor limón
- 1 manzana verde, cortada en cubos pequeños
- 1 taza de fresas, desinfectadas y cortadas en cuartos
- 1 taza de mango, cortado en cubos
- ¼ taza de cerezas en almíbar, escurridas y picadas
- 1 taza de moras azules
- 1 taza de sandía, cortada en cubos pequeños
- 1 ½ tazas de cubitos de gelatina de coco
- 2 tazas de hielo

**Consejo culinario:** Para evitar que la manzana se oxide, mantenla sumergida en agua con jugo de limón.

**Consejo nutricional:** La manzana aporta fibra.

15 minutos + refrigeración

6 porciones

## Preparación

1. Mezcla la Leche Condensada LA LECHERA®, el Alimento en Polvo CARNATION® CLAVEL®, el NESQUIK® Fresa, el agua y el refresco, hasta integrar por completo.
2. Agrega las frutas y la gelatina de coco; refrigera por 20 minutos.
3. Sirve con hielos y ofrece.

# AGUA COREANA HEL-HADA

# Ingredientes

- 4 cucharadas de Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Plus
- 3 cucharadas de crema de coco
- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ½ taza de agua

**Consejo culinario:** Puedes decorar el vaso con chocolate blanco y coco rallado.

**Consejo nutricional:** El coco contiene ácido láurico.

5 minutos

2 porciones

# Preparación

1. Licúa el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Plus con la crema de coco, la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® y el agua.
2. Sirve el licuado en vasos.
3. Disfruta.

# MALTE-HADA COCO NESQUIK®

## Ingredientes

- 4 cucharadas de Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Plus
- 1 ½ tazas de leche
- 1 taza de hielo
- 2 cucharadas de crema de cacahuate

**Consejo culinario:** Si lo deseas puedes decorar el vaso con un poco de crema de cacahuate y cacahuates picados.

**Consejo nutricional:** La leche es fuente de proteína.

5 minutos

2 porciones

## Preparación

1. Licúa el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Plus con la leche, el hielo y la crema de cacahuate.
2. Sirve en el vaso.
3. Disfruta.

# MALTE-HADA DE CHOCOLATE Y CACAHUATE

# Ingredientes

- 8 cucharadas de Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Plus
- 2 ½ tazas de leche, fría
- 3 fresas, desinfectadas y cortadas en cubos
- 6 vasos de 5 onzas
- 6 cuadritos de aluminio
- 6 palitos de madera

**Consejo culinario:**
Puedes agregar trozos de plátano en la mezcla de leche.

**Consejo nutricional:**
La fresa aporta fibra.

# Preparación

15 minutos más congelación

6 piezas

1. Mezcla el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Chocolate NESQUIK® Plus, con la mitad de la leche; vierte la mezcla en los vasos hasta la mitad y congela hasta que estén firmes.
2. Agrega los cubitos de fresa en las paletas con la otra mitad de leche, cubre con el aluminio, inserta el palito para paleta y congela por 2 horas más.
3. Desmolda las paletas, sirve y ofrece.

# PALETAS HEL-HADAS DE COCOA

# PALETAS HEL-HADAS DE ARROZ CON LECHE DE FRESA

## Ingredientes

- 4 ½ tazas de agua
- 1 raja de canela
- 1 taza de arroz, remojado en agua caliente por 20 minutos y escurrido
- 2 ½ tazas de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ¾ taza de Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Fresa NESQUIK®

**Consejo culinario:**
Puedes agregar trocitos de nuez

**Consejo nutricional:**
El arroz aporta vitamina D.

15 minutos

10 porciones

## Preparación

1. Calienta el agua con la canela y cuando suelte el hervor, agrega el arroz; cocina durante 15 minutos a fuego alto o hasta que el arroz esté tierno.
2. Agrega la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® y el Alimento en Polvo para Preparar Bebida Fortificada Sabor a Fresa NESQUIK®; mezcla, tapa y cocina a fuego bajo de 15 a 20 minutos hasta que espese ligeramente.
3. Deja enfriar la preparación y vierte en los moldes para paletas, congela, desmolda y ofrece.

**Realización:**
RECETAS NESTLÉ®
Alejandro Issa
Yamel Barrera
Alejandro Antonio
América Navarrete
Andrea Rodríguez
Desiree Solís

**Diseño e Ilustración:**
Rajel Sandoval

**Edición gastronómica:**
Mariana Ortega

**Desarrollo y Degustación de Recetas:**
Chef Jonathan Núñez
Chef Mariana Ortega
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®, NESQUIK® 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.

Prohibida su reproducción parcial o total.

Recetas Nestlé .com.mx

DESCUBRE MÁS RECETAS EN: