



RECETARIO

De nuestra cocina a la tuya.

¡Feliz día de las madres!

Hoy celebramos tus sacrificios, tu entrega tu dedicación
y todas tus virtudes.

¡Gracias por hacer el mundo mejor mamá!

Hemos recopilado algunas de nuestras recetas favoritas
para compartirlas contigo desde nuestras cocinas y
nuestros corazones.

Que sigas siendo el sabor de la vida de los que tienes a
tu alrededor.

Con mucho cariño,

Arlene Grasman



INDICE

Entradas	Sopa Minestrone	1
	Ensalada de Pasta	3
	Ensalada de Nopales	5
	Ensalada Primavera	7
	Arroz Primavera	9
	Tabla de Quesos	11
	Salsa Tatemada	13
	Dip de Alcachofas	15
Plato Fuerte	Tiritas de Pollo Agridulce	17
	Brisket en su jugo	19
	Ceviche Peruano	21
	Pollo en Salsa de Chile Guajillo	23
	Salmón al Cilantro y Limón	25
	Birria	27
	Pizza Casera	29
	Tacos Orientales	31
Postres	Gelatina de Arándanos	33
	Mostachón	35
	Barras de Limón	37
	Crepas Campiranas	39

Sopa Minestrone



DE LA COCINA DE:

Priscilla Rocha

PORCIÓN PARA:

6 personas

VEGETARIANO ☐

SIN GLÚTEN ☐

BAJO EN CARBS ☐

SIN LÁCTEOS ☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

40 min.

INGREDIENTES:

- 1 calabaza (zucchini) picado.
- 2 cucharaditas (tsp) de ajo picado.
- 2 cucharaditas de hierbas finas (italian seasoning).
- 1/2 taza de pasta de codos.
- Queso mozzarella rayado al gusto.
- 2 cucharadas de albahaca fresca.
- 2 cucharadas (tbs) de aceite de oliva.
- 3/4 tazas de cebolla picada.
- 1/2 taza de apio picado.
- 1/2 taza de zanahoria picada.
- 1 lata de tomate picado.
- 4 tazas de caldo de pollo.
- Sal y pimienta al gusto.
- 1 lata de frijol blanco (Alubias).
- 1/2 taza de ejotes congelados.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Calienta el aceite de oliva en una olla grande donde harás la sopa.
- Agregar la cebolla, apio, zanahoria, zucchini y sofreír los ingredientes.
- Cocina los vegetales hasta que estén tiernos (de 3 a 5 minutos). Posteriormente, agregar el ajo y cocinar todos los ingredientes durante 30 segundos; esto es, para esperar a que el ajo desprenda su aroma.
- Agrega la lata de tomates, el caldo del pollo y el sazonado italiano. Tapar y esperar a que hierva.
- Añadir los frijoles, los ejotes y la pasta. Dejar que se cocine a fuego medio, de 10 a 15 minutos, hasta que la pasta y todos los vegetales están cocidos.
- Sazonar con sal y pimienta al gusto. Agregamos las espinacas baby frescas y dejamos cocinando la sopa de 2 a 3 minutos más hasta que se suavice la espinaca.
- Servir la sopa y agregar los toppings de albahaca y queso mozzarella. Puedes acompañar con pan al ajo y te quedará espectacular.

Entrada

Ensalada de pasta



DE LA COCINA DE:

Priscilla Rocha

PORCIÓN PARA:

6 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

30 min.

INGREDIENTES:

OPCIÓN 1:

- 1 bolsa de Pasta de moño cocida.
- 3 a 4 pepinos persa picados.
- Aceitunas negras en mitades al gusto.
- 1 taza de tomate cherry partido en mitades.
- Queso parmesano fresco.
- 1 a 2 tazas de queso mozzarella en cubos.
- Albahaca fresca.
- Salami picado al gusto.
- Aderezo Vinagreta Balsámico de tu preferencia.

OPCIÓN 2:

- 1 bolsa de pasta fusilli cocida.
- 2 tazas de tomate cherry en mitades.
- Queso mozzarella fresco o queso fresco.
- Pesto de albahaca.

MODO DE PREPARACIÓN:

PARA AMBAS OPCIONES:

- Cocer tu pasta de preferencia. Una vez cocida, drenar la pasta y dejar enfriar.

*Tip: después de drenar tu pasta, pásala por agua fría y agrega un poco de aceite de oliva para que no se pegue.

- Agregar todos los demás ingredientes y revolver bien.

- Añadir el aderezo, ya sea la vinagreta o la opción con pesto.

- Tapar y meter al refrigerador durante 30 minutos o hasta que sea hora de servir.

- ¡Disfruta! Es una receta perfecta y fresca para el verano.



Ensalada de nopales

DE LA COCINA DE:

Hercy Núñez

PORCIÓN PARA:

6-8 personas

VEGETARIANO



SIN GLÚTEN



BAJO EN CARBS



SIN LÁCTEOS



TIEMPO DE PREPARACIÓN:

10-15 min.

INGREDIENTES:

- 1 frasco de nopales "Doña María" o "La Costeña".
- 1 taza de tomate picado.
- 1 taza de cebolla picada.
- 1/2 taza de cilantro.
- Jugo de 3 limones.
- 1 cucharada de sal.
- 1/2 cucharada de pimienta.
- 1 cucharada de aceite de oliva.

MODO DE PREPARACIÓN:

PARA AMBAS OPCIONES:

- Enjuaga con agua y escurre los nopales para remover la baba.
- Aderezo: En un plato hondo, mezclar aceite de oliva, limón, sal y pimienta.
- Mezclar todos los ingredientes en un recipiente hasta que queden completamente incorporados.
- ¡Disfruta de esta rica y fresca ensalada!

Entrada

Ensalada Primavera

con Vinagreta de mostaza Dijon y miel



DE LA COCINA DE:

Magaly Brockman

PORCIÓN PARA:

6 personas

VEGETARIANO



SIN GLÚTEN



BAJO EN CARBS



SIN LÁCTEOS



TIEMPO DE PREPARACIÓN:

15 min.

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de ensalada primavera (mezcla de diferentes lechugas).
- 1 pepino cortado en cuadritos, sin las semillas.
- 1/2 taza de zanahoria en tiritas o juliana.
- 1 manzana verde cortada en medias lunas muy delgadas.
- 1/4 taza de arándanos.
- 1/4 taza de nuez de la india, cortadas en mitades.
- 1/4 taza de queso parmesano rallado.
- 3 cucharadas de miel de abeja.
- 2 cucharadas de mostaza Dijon.
- 4 cucharadas de jugo de limón amarillo o real.
- 10 cucharadas de aceite de oliva.
- 2 cucharadas de vinagre blanco.
- Sal y pimienta al gusto.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Poner en un frasco de cristal con tapa, la mostaza. Añadir la miel (debe de estar líquida), el jugo de limón, el vinagre, sal y pimienta al gusto.
- Agregar el queso parmesano y el aceite. Tapar el frasco y agitarlo hasta que todos los ingredientes queden perfectamente mezclados.
- Finalmente, prueba la ensalada por si deseas agregar un poco más de miel o mostaza. Recuerda que esto depende del gusto personal.
- En un bowl para ensalada grande, depositar el mix de ensalada. Por último, añadir la manzana, el pepino, la zanahoria, los arándanos y la nuez.
- Vierte la vinagreta al gusto y ¡listo!

Entrada

Arroz Primavera



DE LA COCINA DE:

Magaly Brockman

PORCIÓN PARA:

6 personas

VEGETARIANO

☒

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

20 min.

INGREDIENTES:

- 1 taza de arroz.
- 1/4 de barra de mantequilla.
- 1/4 de cebolla blanca finamente picada.
- 2 dientes de ajo finamente picados.
- 1/2 tomate picado.
- 1/4 de pimiento morrón rojo.
- 1/4 de pimiento morrón verde.
- 1 lata chica de elote.
- 4 ramitas de cilantro.
- 2 cucharadas de consomé de pollo o vegetal.
- 2 tazas de agua.
- 1/4 de taza de caldillo o puré de tomate.

MODO DE PREPARACIÓN:

- En una cacerola, derrites la mantequilla y doras el arroz junto con la cebolla y el ajo; sin dejar de revolver, evitando que se pegue o queme.
- Una vez que este la cebolla acitronada y el arroz ligeramente dorado, agregar el tomate, los pimientos morrones y el consomé. Continuar revolviendo durante medio minuto más.
- Agregar la lata de elote, el agua y el caldillo.
- Revolver ligeramente y por último, añadir las ramitas de cilantro y cubrir la cacerola con una tapadera.
- Estará listo una vez que se consuma el agua; esto es, aproximadamente 15 minutos después de haberlo cubierto con la tapadera.

Entrada

Tabla de quesos



DE LA COCINA DE:

Karina Díaz

PORCIÓN PARA:

6-8 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

15 min.

INGREDIENTES:

- Salami.
- Prosciutto.
- Queso Cheddar.
- Queso Parmesano.
- Queso Brie.
- Aceitunas manzanilla.
- Nueces.
- Uvas.
- Arándanos.
- Rebanadas de pan rústico.
- Mermelada sabor mango Habanero.
- Crackers/ Ritz
- Galletas integrales.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Colocar primero sobre la tabla de madera los bowls que llevarán alimentos pequeños o con líquido, como pueden ser las mermeladas o las aceitunas.
- Llenar los espacios vacíos con los demás ingredientes. Corta los quesos de diferentes formas y añade las carne frías enroscadas o dobladas para que queden más bonitas.
- Intentar que los colores estén equilibrados y bien repartidos; al igual que los quesos, los panes y todo lo demás.
- Agregar ramitas de romero para decorar y resaltar los ingredientes.

Entrada

Salsa tatemada



DE LA COCINA DE:

Laura Quiñones

PORCIÓN PARA:

10 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

15 min.

INGREDIENTES:

- 6 tomates.
- 2 chiles jalapeños.
- 1/2 cebolla.
- Sal.
- Agua.
- 1/2 Aceite de oliva.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Tatemar chile, tomate y cebolla.
- Vaciar en tu licuadora todos los elementos y licuar. También puedes usar un molcajete.
- Agregar sal al gusto.
- Añadir el aceite de oliva al gusto y revolver.

Entrada

A close-up photograph of a white bowl filled with a creamy spinach and cheese dip, topped with black pepper. The bowl sits on a white plate surrounded by yellow tortilla chips and several bright orange baby carrots.

Dip de Espinaca y Queso

DE LA COCINA DE:

Karina Díaz

PORCIÓN PARA:

6-8 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

15 min.

INGREDIENTES:

- 3 atados de espinacas.
- 2 cucharadas de ajo picado.
- 1/2 taza de queso crema.
- 1/2 taza de crema.
- 1/2 taza de queso parmesano rallado.
- Sal y Pimienta al gusto.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Saltear la espinaca con el ajo, sal y pimienta. Escurrirla y dejarla enfriar.
- Mezclar en un bowl la espinaca, el queso crema y la crema.
- Colocar la mezcla en un recipiente para horno y esparcir el queso rallado. Horenar a 200 grados C, durante 30 minutos.
- Servir con tostadas o rajas de zanahoria.

Entrada

INGREDIENTES:

Pollo

- 3 Pechugas de pollo sin hueso 2 Huevos
- 1 1/2 Tazas de Pan molido
- 1/2 Taza de Harina
- 1 Cucharadita de Sal de Ajo

Salsa

- 1/4 de Taza de miel
- 2 Cucharadas de Siracha
- 2 Cucharadas de Vinagre de arroz
- 2 Cucharadas de Salsa de Soya
- 3 Cucharadas de Aceite de semilla de sésamo

MODO DE PREPARACIÓN:

Para el Pollo

- Precalentar horno en 425°F/ 220°C

- Toma 3 platos hondos y pon los huevos batidos en uno, la harina en otro y por último el pan molido.

- Corta cada pechugas de pollo en 3 tiras.

- Pasa cada pieza por la harina, el huevo y al final por el pan molido (en ese orden) sin dejar nada del pollo descubierto.

- Ponlo sobre papel aluminio rociándolo con aceite en spray.

- Hornear por 20 minutos hasta que el pan molido esté doradito.

Para la Salsa

- Pon todos los ingredientes en un olla a fuego medio por unos 5-7 minutos hasta que la mezcla este un poco espesa, algo pegajosa.

- ¡Barniza el pollo con la salsa y listo!

DE LA COCINA DE:

Arlene Grasman

PORCIÓN PARA:

4 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

40 min.

Plato
fuerte

Tirritas de Pollo Agridulce



INGREDIENTES:

- 4 LBS ó 2 kilos de Brisket,
- 2 cucharadas de sal de mar,
- 1 cucharada de pimienta,
- 1 1/2 cucharada de ajo molido,
- 1 cucharada de humo líquido,
- 2 hojas grandes de laurel.
- 1/2 taza de agua,

MODO DE PREPARACIÓN:

- Si tu brisket tiene mucha grasa, retira el exceso con un cuchillo. Procurar no eliminar la grasa por completo, esto ayudará a que tu preparación quede suave y jugosa.
- Mezclar los ingredientes para preparar un "Rub" (excepto el agua).
- Cubrir por completo el brisket con la mezcla previamente elaborada,
- Para cocinar en el horno, debes calcular 45 minutos por cada libra (1/2 kilo de carne), a una temperatura de 180 grados C ó 350 grados F.
- Cubrir por completo con papel aluminio o una tapadera para evitar que quede seco. Agregar la media taza de agua.
- Retirar del horno, cubrir con aluminio y dehar reposar durante una hora. Después de este tiempo, puedes cortar tu brisket y servir.
- Para cortar, hazlo hacia el lado contrario de la fibra de la carne. Puedes servirlo solo o con tu salsa BBQ favorita

DE LA COCINA DE:

Hercy Nuñez

PORCIÓN PARA:

6-8 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

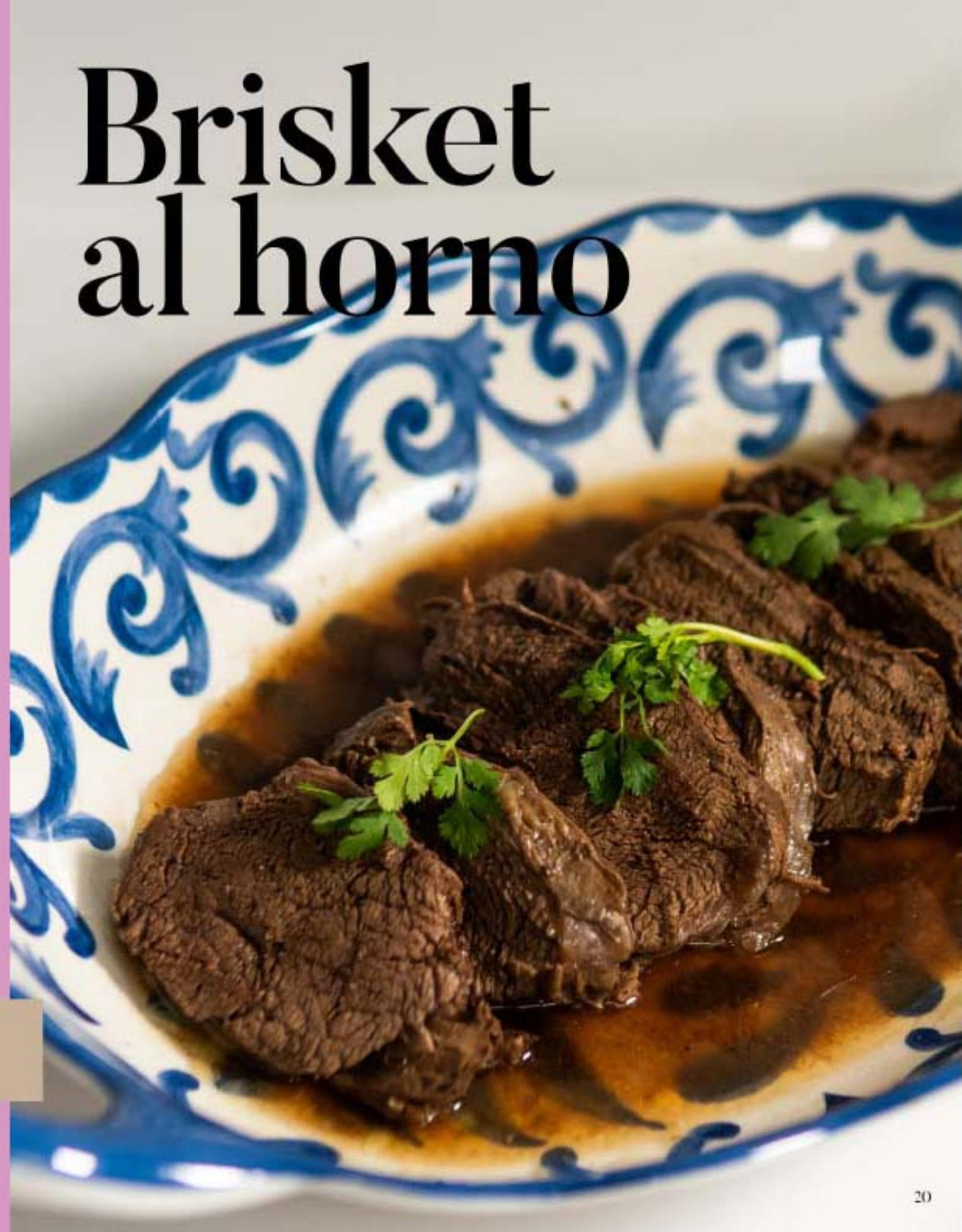
☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

120 a 180 min.

Plato
fuerte

Brisket al horno



INGREDIENTES:

3 Filetes de Pescado blanco de
tu preferencia sin piel ni espinas 1 Camote
1 Elote
1 Taza de sumo de limon
1/4 de Cebolla morada 1 Chile Jalapeño
Sal al gusto

MODO DE PREPARACIÓN:

- Cortar el pescado en cubos y poner en un tazón grande.
 - Poner el sumo de limon sobre el pescado.
 - Cortar la cebolla y el chile en rodajas delgadas y agregar al pescado.
 - Pelar Camote y cortar en cubos.
 - Pelar Elote.
 - Cocer al vapor Elote y Camote por 4 Minutos aproximadamente hasta que cocido y firme. Quitar del vapor y dejar enfriar.
- Una vez que el camote y elote estén fríos, agréga los al tazón con el resto de los ingredientes y revuelve.
- Agrega sal al gusto y deja reposar en el refrigerador por 1 hora.

DE LA COCINA DE:

Arlene Grasman

PORCIÓN PARA:

4 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☒

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

Preparación 15 Min

Total 1 hr 15 min

Plato
fuerte

Ceviche Peruano



INGREDIENTES:

- 3 pechugas grandes de pollo picada en cuadritos.
 - 1 cucharadita de Aceite de aguacate.
 - 1 salsa de chile guajillo de 350 gr. Marca: "Doña Chonita".
 - 1/4 lata de leche evaporada.
 - 1 cucharada de crema.
 - 1 papa en cuadritos (opcional).
- 1 cucharadita de consomé de pollo o vegetal.
- Sal y pimienta al gusto

MODO DE PREPARACIÓN:

- Poner una cacerola en la estufa a fuego mediano. Agregar el aceite y cuando esté caliente, añadir el pollo. Sazonar con sal, pimienta y ajo en polvo. Tapar durante 3 minutos.
- Destapar el guisado y dejarlo al fuego durante 3 minutos más, esperando que el pollo se dore un poco.
- Agregar las papas y el consomé. Mezclar todos los ingredientes durante dos minutos.
- Por último, agregar la salsa de chile Guajillo, la leche evaporada y la crema. Incorporar todo muy bien tapar la cacerola.
- Dejar al fuego lento durante 8 a 10 minutos. Nota: si observas que se espesa mucho la salsa, puedes agregar un poco de agua y pruebas el sazón para ver si necesitas agregar un poco más de sal.

DE LA COCINA DE:

Magaly Brockman

PORCIÓN PARA:

6 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☒

BAJO EN CARBS

☒

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

20 Min

Plato
fuerte

Pollo en Salsa de Chile Guajillo



INGREDIENTES:

- 4 Cdas de Aceite de Oliva
 - 4 Limones
- Racimo de Cilantro
 - 1 Jalapeño
 - 1 Ajo
 - Salmón
- Sal y Pimienta

MODO DE PREPARACIÓN:

- Licúa el Aceite, Limón, Cáscara de limón rayada, Cilantro, Jalapeño y Ajo hasta que todo este mezclado.
- Coloca el Salmón sobre un papel aluminio y sazona con sal y pimienta.
- Vierte la mezcla generosamente sobre el salmón y tapa con papel aluminio.
- Mételo al horno precalentado a 400F/200C de 10-15min.
- ¡Disfrutal!

DE LA COCINA DE:

Daniela Orrantía

PORCIÓN PARA:

4 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☒

BAJO EN CARBS

☒

SIN LÁCTEOS

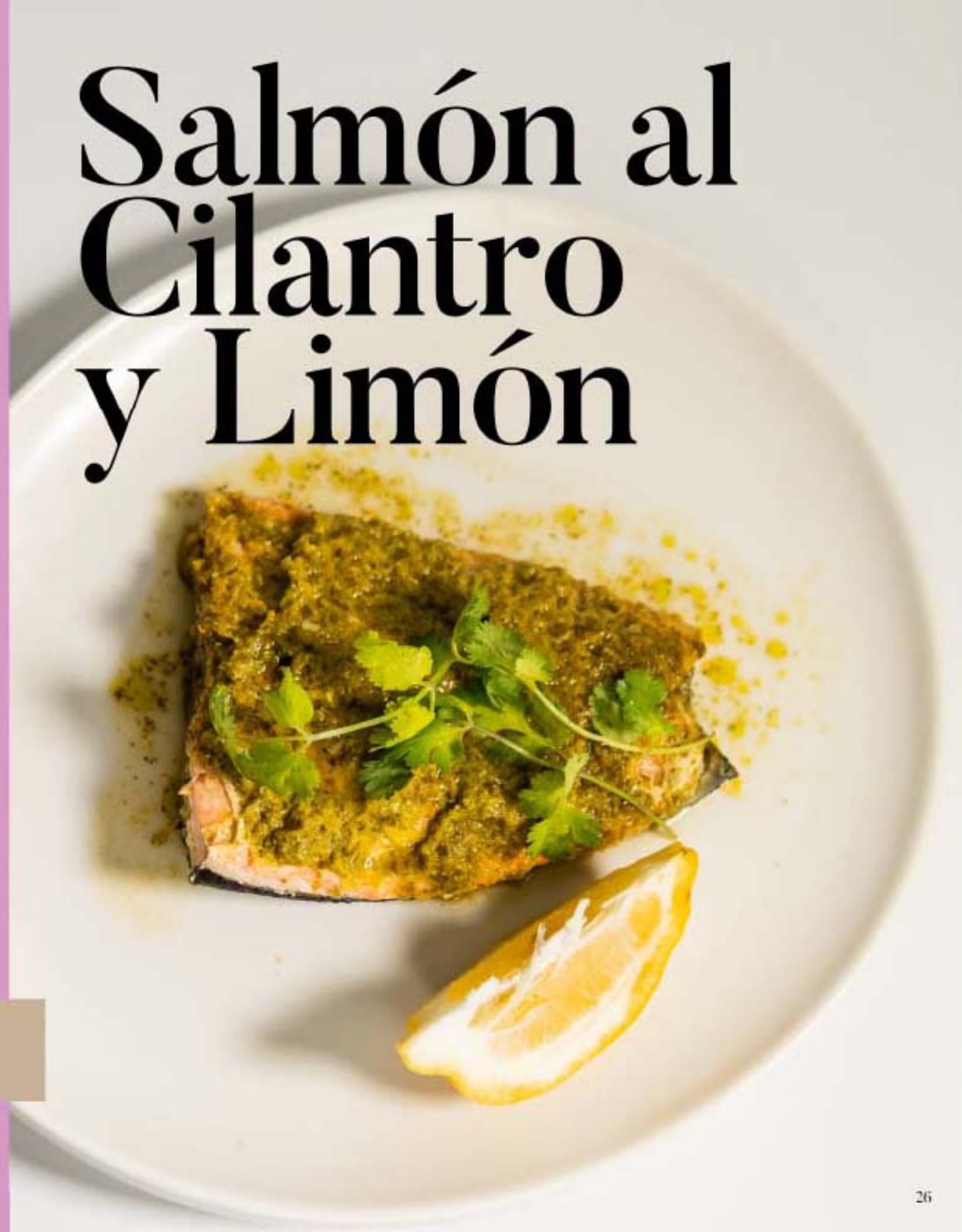
☒

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

30 Min

Plato
fuerte

Salmón al Cilantro y Limón



INGREDIENTES:

- 1 Kg de carne res (platanillo)
- 3 latas de salsa chile fresco pato (clásica) 225g
- 3 latas de salsa de chile colorado del campo 287g
 - 1 cebolla chica pelada y picada en julianas
 - 3 dientes de ajo
 - laurel, orégano
 - Sal al gusto
- Cebolla, Cilantro, Limones
- Tortillas

MODO DE PREPARACIÓN:

- Mezclar todos los ingredientes en una licuadora (excepto la carne) y hacer una mezcla homogénea.
- Agregar 2 tazas de agua a dicha mezcla.
- Lavar bien la carne y colocar en una olla lenta o alguna que permita una cocción suave.
- Colocar la carne y cubrir con la mezcla lista, se recomienda cubrir abundantemente, ya que éste será el caldo de tu birria.
- Dejar en tu olla lenta la preparación durante 10 horas, en modo "LOW", es la temperatura perfecta para una carne suave y con mucho sabor; o bien, si usas "Insta Pot", podrás tener lista tu birria en 1 hora.
- Sugerimos picar finamente el cilantro cebolla para darle ese toque especial a tu platillo.
- Por último, agrega limón al gusto.

DE LA COCINA DE:

Bethsa Vega

PORCIÓN PARA:

4 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

10 Horas

Plato
fuerte

Birria



INGREDIENTES:

- 1 1/4 Cucharadita de levadura.
- 1 Cucharada de azúcar.
- 1 taza de agua tibia.
- 3 cucharadas de mantequilla sin sal.
- 1 cucharada de sal.
- 2 3/4 tazas de harina blanca.
- Pasta o salsa de tomate.
- Pepperoni.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Vaciar en un recipiente levadura, azúcar, agua tibia, mantequilla y la sal. Cada que vayas incorporando un ingrediente, deberás ir mezclando para que todo sea homogéneo.
- Dividir las tazas de harina en medias tazas e incorporarlas una por una a la mezcla anterior. Al incorporar la última 1/2 taza de harina, la masa se debe volver un poco dura y difícil de revolver. Si no es así, agregar otro 1/4 de taza de harina y revolver.
- Cuando la masa esté suficientemente dura para seguir revolviendo, ponerla en una superficie limpia y amasarla. Si la masa esta un poco pegajosa, puedes espolvorear un poco de harina. Amasar hasta que la masa quede blanda y elástica.
- En un recipiente hondo, agregar el aceite de oliva por toda la superficie. Dejar la masa reposando dentro del recipiente durante 1 hora o hasta que la masa doble su tamaño. Tapar el recipiente.
- Amasa nuevamente y expande tu masa en tu molde para hornear. • Agregar salsa de tomate, queso y pepperoni al gusto.
- Precalentar el horno durante 10 minutos.
- Hornear por 15-17 mins a 400°F o 200°C.

DE LA COCINA DE:

Laura Quiñones

PORCIÓN PARA:

5 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

120 Min.

Plato
fuerte

Pizza



INGREDIENTES:

- 500 gr de carne molida de res.
- 1/2 taza cebolla blanca picada.
- 1 cucharadita de aceite de sésamo.
 - 1 diente de ajo picado.
- 2 cucharadas de salsa de soya.
- 2 cucharadas de salsa de ostión.
- 1 1/2 cucharada de vinagre de arroz.
 - 1 trozo de Jengibre.
- 1 cucharadita de salsa Sriracha; en caso de no conseguirla, puedes usar hojuelas de chile.
 - 1/2 cucharada de azúcar morena.
 - 1 zanahoria pelada y rallada.
 - 1/2 taza de cacahuates picados.
- 2 a 4 cucharadas de cilantro picado.
- Hojas de lechuga para servir.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Mezclar en un bowl el vinagre de arroz, salsa de soya, salsa de ostión, jengibre, salsa Sriracha y azúcar morena hasta incorporar bien todos los ingredientes.
- Calentar un sartén y agregar el aceite de sésamo. Incluye la cebolla hasta que tome un color transparente. Revuelve durante 2 a 3 minutos.
 - Agregar el ajo picado y la carne molida.
- Mezclar y cocinar a fuego alto durante 3 a 5 minutos.
- Pasados los 2 minutos, añadir la mezcla de las salsas, la mitad de la zanahoria, cacahuates y cilantro. Sirve sobre las hojas de lechuga.
¡Disfruta tus tacos!

DE LA COCINA DE:

Daniela Orrantia

PORCIÓN PARA:

5 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☒

BAJO EN CARBS

☒

SIN LÁCTEOS

☒

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

30 Min.

Plato
fuerte

Tacos Orientales



Gelatina de Arándanos



DE LA COCINA DE:

Arlene Grasman

PORCIÓN PARA:

8 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

Preparación 10 Minutos

Total 6 Horas

INGREDIENTES:

Gelatina
1 Taza de Agua Hirviendo
1 Caja de Gelatina de frambuesa 1 Taza de Crema agria
1 Lata de Salsa de Arándano
Crema
1 Barra de Queso crema
1 Taza de Crema para batir 7 Bombones

MODO DE PREPARACIÓN:

Gelatina

- Disolver Agua hirviendo con la caja de gelatina.
- Agregar Crema agria y salsa de arándano y batir por un minuto.
- Ya que estén bien mezclado los ingredientes poner en el refrigeración por 6 horas.

Crema

- En un tazón cubrir el queso crema y los bombones con la crema para batir y dejar reposando 6 horas.
 - Ya que los bombones están suavечitos, se bate a punto de turrón.
- Cuando la gelatina está firme, se agrega la crema y queda lista para servirse.

Postre



Mostachón con fresa

DE LA COCINA DE:

Daniela Orrantia

PORCIÓN PARA:

12 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

1 Hora 20 Min.

INGREDIENTES:

- 4 claras de huevo.
- 1 taza de azúcar.
- 1 cdita de vainilla.
- 1 cdita polvo de hornear.
- 1 taza de nuez picada.
- 1 paquete (100 grs.) de galletas ritz.
- 1 paquete (225 grs.) de queso crema Philadelphia (temperatura ambiente).
- 1/3 taza de crema ácida (o media crema).
- 3 cucharadas de azúcar.
- 1 cdita de vainilla.
- Mango y Fresas frescas para decorar.

MODO DE PREPARACIÓN:

Base

- Precalentar el horno a 350°F.
- Engrasar un molde redondo para cheesecake de 10" de diámetro.
- Batir las claras de huevo a velocidad media hasta formar espuma, utilizando la batidora. Agregar la vainilla y sin dejar de batir, incorporar lentamente el azúcar. Inmediatamente, añadir el polvo para hornear y seguir batiendo a velocidad media hasta que la mezcla forme picos parecidos a merengue.
- En otro recipiente, machacar las galletas ritz con la mano, teniendo cuidado de no deshacer demasiado las galletas. Agregar la nuez picada y mezclar.
- A la mezcla de los huevos, incorporar las galletas con nuez y mezclar en forma envolvente, hazlo durante poco tiempo.
- Vaciar al molde y hornear por 25 mins.
- Sacar y dejar enfriar completamente.

Crema

- Batir el queso crema y la crema ácida hasta que sea una mezcla suave, con ayuda de la batidora.
- Incorporar el azúcar y la vainilla. Continuar batiendo a velocidad media hasta que esté completamente mezclado.
- Guardar en el Refrigerador durante 30 minutos.
- Cuando la base ya esté fría, agrega la mezcla de crema sobre la base. • Decorar con la fruta fresca. ¡Disfruta!

Postre

Barras de limón

DE LA COCINA DE:

Priscila Rocha

PORCIÓN PARA:

6 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

40 Min.

INGREDIENTES:

Galleta de las barritas:

- 1 barra de mantequilla.
- 1/4 taza de azúcar glass.
- 1 taza de harina. Relleno:
- 2 huevos.
- 1 taza de azúcar.

• 3 cucharadas (tlbs) de harina.

• 5 cucharadas de jugo de limón

(dependiendo del sabor que le quieras dar, puedes agregar más o menos limón).

MODO DE PREPARACIÓN:

Galleta

- Mezclar muy bien todos los ingredientes de la galleta hasta formar una masa.

- Acomodar la masa de una forma pareja en el refractario para hornear hasta formar una galleta.

- Hornear por 18 min.

- Agregar todos los demás ingredientes y revolver bien.

Relleno

- Mezclar muy bien todos los ingredientes del relleno.

- Una vez que salga la galleta del horno, vierte el relleno encima. Volver a hornear durante 20 a 25 minutos.

- Al salir del horno, dejar reposar durante 10 minutos y espolvorear un poco de azúcar glass.

- Sirve en cuadritos y ¡disfruta!

Postre

Crepas Campiranas



DE LA COCINA DE:

Laura Quiñones

PORCIÓN PARA:

4 personas

VEGETARIANO

☐

SIN GLÚTEN

☐

BAJO EN CARBS

☐

SIN LÁCTEOS

☐

TIEMPO DE PREPARACIÓN:

20 Min.

INGREDIENTES:

- 6 dulces "Gloria" ó equivalente a 120 gramos de dulce de leche.
- 2 tortillas de harina grades.
- 1 taza de queso manchego rayado.
- 1/2 taza de crema para batir.
- 10 nueces.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Triturar las nueces.
- Derretir en un sartén los dulces "Gloria" o si elegiste dulce de leche, calentar en el sartén.
- Vaciar la 1/2 taza de crema para batir e incorporar los elementos.
- Poner una tortilla de harina en un sartén, agregando 3 cucharadas de tu mezcla de cajeta y esparcirla. Añadir la taza de queso manchego, y cubrir con la otra tortilla (como si fuera una quesadilla doble). Esperar a que se derrita el queso y que la tortilla tenga un aspecto tatemado. Si tienes la opción de realizar este procedimiento en un asador, quedará genial!
- Servir tu crepa en un recipiente y bañar con la mezcla de cajeta.
- Esparcir las nueces trituradas como decoración.
- Agregar una bola de nieve de vainilla para acompañar. ¡Será la combinación perfecta!

Postre

