

Frappes



Frappes

Las bebidas preparadas a base de hielo han resultado ser un éxito en el gusto de los paladares más jóvenes.

también su éxito se atribuye a la diversidad de sabores y combinaciones que se pueden realizar.

A continuación encontraras un listado de sabores para estas bebidas solo queremos que tomes en cuenta que estas bebidas son para la preparación de un 12 a 14 oz.

Los herramientas necesaria son:

*una licuadora

*una cuchara

Los ingredientes básicos

*hielo

*agua

*leche



Frappes

A continuación te proporcionamos los ingredientes de cada una de las bases que podrás utilizar:

BASE NEUTRA

350gr Leche en polvo marca de Carnation.

250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark

400 gr Azúcar baja en calorías

25gr de CMC

BASE MOKA

300 gr Leche en polvo marca de Carnation.

200gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark

450 gr Azúcar baja en calorías

70 gr Café soluble clásico sin azúcar marcas Nescafe

120gr Cocoa 100% natural marca Hershey´s o libre

25gr de CMC

BASE FRAPUCHINO

300 gr Leche en polvo marca de Carnation.

200gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark

450 gr Azúcar baja en calorías

70 gr Café soluble clásico sin azúcar marcas Nescafe

25gr de CMC

NOTA:

La decoración y presentación de tus bebidas son mera creatividad, pero como base te decimos que el vaso va decorado, y en los frappes puedes poner un topping de crema batida

Frappés

Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Frappés

Utensilios y Equipo Necesario

- Licuadora
- Cuchara
- Vasos decorativos
- Cucharas medidoras
- Tazas medidoras
- Refrigerador (para almacenar ingredientes perecederos)
- Congelador (para mantener hielo)
- Cuchillo y tabla de picar (para plátano u otros toppings)
- Dispensadores o botellas para jarabes
- Recipientes para almacenamiento de bases y toppings



Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Frappés

Frappé

Ingredientes y Materia Prima

- - Leche en polvo (marca Carnation)
- - Sustituto de crema en polvo (marca Members Mark)
- - Azúcar baja en calorías
- - CMC (carboximetilcelulosa)
- - Café soluble clásico sin azúcar (marca Nescafé)
- - Cocoa 100% natural (marca Hershey's o libre)
- - Chispas de chocolate
- - Jarabe de menta o saborizante de menta (marca Deiman)
- - Chocomilk
- - Plátano dominico
- - Galletas Oreo
- - Jarabe de vainilla o saborizante de vainilla (marca Deiman)
- - Jarabe de mora azul o saborizante de mora azul (marca Deiman)
- - Saborizante de chicle (marca Deiman)
- - Tang de piña colada, fresa, mango, durazno, guayaba
- - Glasse de piña, fresa, mango, guayaba
- - Mermelada de fresa o chabacano
- - Cerezas en marrasquino y su licor
- - Leche condensada (La Lechera)
- - Nutella
- - Cajeta (marca Coronado)
- - Polvo de matcha (Costco)
- - Jarabe de chai y esencia de vainilla (marca El Molino)
- - Chocolate en polvo Carlos V y sticks de Carlos V
- - Queso Philadelphia
- - Galletas María
- - Crema de avellana con trozos de avellana
- - Ferrero Rocher
- - Hielo
- - Leche y/o agua



Frappes



Frapuccino

BASE FRAPUCCINO

- 300 gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 200gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 450 gr Azúcar baja en calorías
- 70 gr Café soluble clásico sin azúcar marcas Nescafe
- 25gr de CMC

INSTRUCCIONES

- 50gr de base frapuchino
- 50 ml de leche o agua
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora. Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



Frappe Moka

BASE MOKA

- 300 gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 200gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 450 gr Azúcar baja en calorías
- 70 gr Café soluble clásico sin azúcar marcas Nescafe
- 120gr Cocoa 100% natural marca Hershey's o libre
- 25gr de CMC

INSTRUCCIONES

- 45 gr de base moka
- 50 ml de leche
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado.
(Aproximadamente 2 minutos.)

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



BASE MOKA

- 300 gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 200gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 450 gr Azúcar baja en calorías
- 70 gr Café soluble clásico sin azúcar marcas Nescafe
- 120gr Cocoa 100% natural marca Hershey's o libre
- 25gr de CMC

Java Chips

INSTRUCCIONES

- 45 gr de base moka
- 2 Cucharadas de chispas de chocolate
- 50 ml de leche
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



BASE MOKA

- 300 gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 200gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 450 gr Azúcar baja en calorías
- 70 gr Café soluble clásico sin azúcar marcas Nescafe
- 120gr Cocoa 100% natural marca Hershey's o libre
- 25gr de CMC

Chocomenta

INSTRUCCIONES

- 45 gr de base moka
- 15ml. De jarabe de menta o 1ml de saborizante de menta marca deiman
- 50 ml de leche 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Chocobanana

INSTRUCCIONES

- 20 gr de base Neutra
- 3cucharadas de Chocomilk
- 1 platano dominico
- 50 ml de leche
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado,
(aproximadamente 2 minutos)

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Cookies & Cream

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 4 galletas oreo
- 50 ml de leche
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado,
(aproximadamente 2 minutos.)

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Vainilla

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 20 ml de jarabe de vainilla o 1ml de saborizante de vainilla marca deiman
- 50 ml de leche
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado.
(aproximadamente 2 minutos.)

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Mora Azul

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 20 ml de jarabe de mora azul o 1ml de saborizante de mora azul marca deiman
- 50 ml de leche
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Chicle

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 1ml de saborizante de CHICLE marca deiman
- 50 ml de leche
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, (aproximadamente 2 minutos.)

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE CHOCOLATE

Frappes Tropicales



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Piña Colada

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 5gr de tang de piña colada
- 50 ml de AGUA
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado,
(aproximadamente 2 minutos.)

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON GLASSE DE PIÑA

Frappes Tropicales



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Fresa

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 5gr de tang de fresa
- 50 ml de AGUA
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES DE ESTE CON GLASSE DE FRESA O MERMELADA DE FRESA

Frappes Tropicales



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Mango

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 5gr de tang de mangó
- 50 ml de AGUA
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON GLASSE DE MANGO

Frappes Tropicales



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Durazno

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 5gr de tang de durazno
- 50 ml de AGUA
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON MERMELADA DE CHABACANO

Frappes Tropicales



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Guayaba

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 5gr de tang de guayaba
- 50 ml de AGUA
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON GLASSE DE GUAYABA

Frappes Courtinet



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Cereza

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 10 cerezas (en marrasquino)
- 30 ml del licor marrasquino de las cerezas
- 20 ml de leche condensada
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE DE FRESA

Frappes Courtinjet



Nutella

BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 60gr de nutella
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON JARABE CHOCOLATE

Frappes Courtinjet



Cajeta

BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 70gr de cajeta coronado
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON CAJETA

Frappes Courtinet



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Matcha

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 30gr, de polvo matcha (lo compras en costco)
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON CHOCOLATE

Frappes Courtinjet



Chai

BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 30ml de jarabe de chaí
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON CHOCOLATE

Frappes Courtinet



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Chai Vainilla

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 30ml de Chai 1ml de esencia de vainilla marca el molino (transparente)
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON CAJETA

Frappes Courtinet



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Carlos V

INSTRUCCIONES

- 10gr de base neutra
- 40 de polvo Carlos V
- Stik de Carlos V. (1para moler y otro para decorar)
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON CHOCOLATE LÍQUIDO, PONER CREMA BATIDA Y EL STIK DE CARLOS V

Frappes Courtinet



BASE NEUTRA

- 350gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 250gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 400 gr Azúcar baja en calorías
- 25gr de CMC

Pay de Limón

INSTRUCCIONES

- 40 gr de base neutra
- 30gr de queso philadelphia el jugo de medio limón
- 20ml de leche condensada (la lechera)
- 20 ml de agua o leche
- cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON CHOCOLATE Y GALLETA MARIA TROCEADA

Frappes Courtinet



BASE MOKA

- 300 gr Leche en polvo marca de Carnation.
- 200gr Sustituto de Crema en polvo marca Members Mark
- 450 gr Azúcar baja en calorías
- 70 gr Café soluble clásico sin azúcar marcas Nescafe
- 120gr Cocoa 100% natural marca Hershey's o libre
- 25gr de CMC

Pay de Limón

INSTRUCCIONES

- 40gr de base MOKA
- 20gr de crema de avellana con trozos de avellana
- 2 Ferrero (1 para moler y otro para decorar)
- 6 cubos de hielo o 1 taza de hielo
- Ponga todos los ingredientes en la licuadora.
- Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya triturado y tenga consistencia de frappeado, aproximadamente 2 minutos.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO LAS PAREDES CON CHOCOLATE LÍQUIDO. PONER CREMA BATIDA Y EL FERRERO

Smoothies



Smoothies

Las bebidas preparadas a base de hielo han resultado ser un éxito en el gusto de los paladares más jóvenes.

también su éxito se atribuye a la diversidad de sabores y combinaciones que se pueden realizar.

A continuación encontraras un listado de sabores para estas bebidas solo queremos que tomes en cuenta que estas bebidas son para la preparación de un 12 a 14 oz.

Los herramientas necesaria son:

*una licuadora

*una cuchara

Los ingredientes básicos

*hielo

*agua

*leche



Smoothies

Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Smoothies

Utensilios y Equipo Necesario

- Licuadora
- Cuchara
- Vasos decorativos
- Cucharas medidoras
- Tazas medidoras
- Refrigerador y congelador
- Tabla para picar y cuchillo
- Moldes para hielos (opcional)
- Recipientes para almacenamiento de frutas y otros ingredientes



Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Smoothies

Ingredientes y Materia Prima

- - Leche sin grasas
- - Plátano (fresco y congelado)
- - Piña (fresca y en pedazos)
- - Fresas congeladas
- - Cocoa en polvo
- - Duraznos (frescos y congelados)
- - Jugo de naranja, durazno, mango o manzana
- - Hielo
- - Néctar de pera
- - Mermelada de frambuesa
- - Leche de soya sin grasas
- - Extracto de almendra
- - Tofu blando
- - Azúcar granulada
- - Arándanos
- - Moras
- - Sorbete de frambuesa
- - Yogurt natural y yogurt congelado bajo en grasas
- - Conserva de arándano
- - Jugo de piña, manzana y sidra de manzana
- - Jarabe de maple
- - Nuez moscada y canela molida
- - Nieve de vainilla baja en grasas
- - Puré de manzana sin endulzar
- - Manzana picada sin cáscara
- - Café extrafuerte
- - Nieve de café
- - Leche descremada
- - Duraznos maduros (sin cáscara y sin semilla)
- - Jugo de limón fresco
- - Miel
- - Extracto de vainilla
- - Papaya madura
- - Jengibre fresco
- - Yogurt de vainilla sin grasas
- - Arroz con leche sin grasas (opcional)



Smoothies

BANANA SPLIT

1 taza de leche sin grasas

1 1/2 tazas de plátano congelado en rebanadas

1/2 taza de pedazos de piña

5 fresas congeladas

1 1/2 a 2 cucharadas de cocoa en polvo(al gusto)

Vierta la leche en la licuadora primero. Agregue la cocoa y luego la fruta. Licúelo bien



DE FRUTA

4 tazas de fresas sin el rabillo

1 plátano en pedazos

2 duraznos

1 taza de jugo (naranja, Durazno, mango o manzana)

2 tazas de hielo

En la licuadora combine las fresas, plátano y duraznos. Licúe hasta que tenga consistencia de puré.

Ahora licúelo con el jugo. Agregue hielo y licúe a la consistencia deseada.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN

Smoothies

PLATANO PERAMBUESA

1 plátano mediano

1 taza de néctar de pera

1 cucharada de mermelada de frambuesa

6 cubos de hielo o 1 taza de hielo

Ponga todos los ingredientes en la licuadora.

Licúe a alta velocidad hasta que todo el hielo se haya disuelto y tenga consistencia de smoothie, aproximadamente 2 minutos.



EXPLOSIÓN DE ALMENDRA Y FRESA

1/2 taza de fresas congeladas (use si lo desea arandano o frambuesas en vez de fresas)

1 taza de leche de soya sin grasas

3/4 de cucharadita de extracto de almendra

1/2 taza de tofu blando

2 cucharadas de azúcar granulada

Combine los ingredientes y licúe bien.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN

Smoothies

BOMBA MORADA

1/4 de taza de arándanos

1/4 de taza de moras

1 plátano

1/2 taza de jugo de piña

1/3 de taza de sorbete de frambuesa.

Póngalos todos los ingredientes en la licuadora.

Licúe a que tenga consistencia de smoothie. 4 recetas más abajo viene la receta del sorbete de frambuesa.



MORAS

3/4 de taza de jugo de manzana

1/2 taza de yogurt natural

1 1/2 tazas de moras congeladas

1 plátano

Vierta el yogurt y los otros líquidos en la licuadora primero.

Después toda la fruta al mismo tiempo.

Licúe hasta tener una consistencia uniforme.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN

Smoothies

ARANDANO

1/2 bolsa de arándanos congelados
2 cucharadas de conserva de arándano
7 u 8 cubos de hielo
1 1/2 tazas de leche de soya
1 plátano

Vierta todo en la licuadora, encienda a la velocidad máxima y cuando deje de escuchar los hielos quebrarse detenga la licuadora.

Puede variar su smoothie usando combinaciones distintas de frutas o conservas. También puede agregar suplementos proteínicos, linaza, o lo que desee.

Espere al final para agregar los suplementos a la licuadora. También puede usar jugo de manzana



MANZANA

2 tazas de puré de manzana
1 taza de sidra de manzana
1 taza de jugo de naranja
2 cucharadas de jarabe de maple
1/2 cucharada chica nuez moscada
1/2 cucharada chica de canela

Combine todos los ingredientes en la licuadora hasta que esté bien licuado.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN

Smoothies

QUITASED MANZANA ZANAHORIA

2 tazas de jugo de zanahoria

1/2 taza de jugo de manzana

170 gramos o 3/4 de taza de vainilla dietética o yogurt congelado

1 plátano

Pon los ingredientes en la licuadora.

Licúe a que tenga una consistencia de smoothie.



MANZANAS Y NIEVE

2 tazas de nieve de vainilla baja en grasas

1 taza de puré de manzana sin endulzar

1/4 de cucharada chica de canela molida

1 cup taza de leche descremada canela molida (opcional)

En una licuadora combine la nieve, la manzana licuada y 1/4 de cucharadita de canela.

Licúe bien, luego agregue la leche descremada. Encienda la licuadora a que sólo se mezclen.

Sírvalo en vasos, si desea puede espolvorearle canela.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN

Smoothies

PAY DE MANZANA

1 plátano congelado

1/2 manzana picada sin cáscara

1 taza de jugo de manzana

1/2 cucharadita de canela una pizca de nuez moscada

Licúe bien. Excelente substituto del puré de manzana . Controle la consistencia agregando más o menos manzana picada



CAPUCHINO

2 tazas de café doblemente diluido, extrafuerte

2 tazas de nieve de café

6 tazas de hielo

1 1/2 tazas de leche crema batida(opcional)

canela para decorar

Mezcle el café, nieve, hielo y leche en una licuadora. Licúe bien. Adorne con la crema y canela

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN

Smoothies

MIEL Y DURAZNO

1 1/4 tazas de yogurt bajo en grasas
450 gramos de durazno maduro, sin cáscara, sin semilla y en rebanadas
2 cucharadas de jugo de limón fresco
1/4 de taza de miel
1/4 de cucharadita de extracto de vainilla
Divida 1 taza de yogurt en una charola para hacer hielos de 8 secciones. Congelelos bien(al menos 4 horas).
Haga puré de los duraznos con el limón.
Agregue el restante yogurt(1/4 de taza), miel y vainilla.
Licúe bien. Agregue los cubos de yogurt congelados y licúe de nuevo hasta que esté espumoso. Sirva en vasos altos.



PAPAYA

2 papayas maduras
1/2 taza de jugo de naranja
1/2 taza de yogurt congelado Pele, quite semillas y parte la papaya en pedazos grandes.
Combine todos los ingredientes en la licuadora o procesador de alimentos y licúe bien. Para 2 porciones. 2 tazas de pedazos de papaya hacen unos dos vasos altos de smoothie.
Escoja la papaya más madura para un mejor sabor. Si no está lo suficientemente madura entonces agregue un poco de azúcar.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN

Smoothies

DURAZNO

1 taza de durazno rebanados y congelados

1/2 plátano rebanado

3 cucharadas de yogurt de vainilla sin grasas

1/4 de taza de jugo de naranja o jugo de manzana

1/2 taza de arroz con leche sin grasas(opcional)

Azúcar al gusto

Mezcle todos los ingredientes en la licuadora y revuelvalos, después hágalo puré por algunos segundos hasta que tenga una consistencia uniforme.



PIÑA ZANAHORIA

1/2 taza de pedazos de piña

1 taza de leche de soya

1 zanahoria, pelada y cortada

1/3 de taza de jugo de piña

1 pieza de 3 centímetros de jengibre, pelada y molida

Miel al gusto

Mezcle todos los ingredientes en la licuadora y licúe a tener una consistencia uniforme. Puede agregar hielo y volver a licuar.

NOTAS

SIRVA EN UN VASO DECORANDO CON JARABE Y TOPPING DE SU ELECCIÓN



RECETARIO

FRAPPÉS CON CREMA BASE

PREPARACIÓN PARA BOTES DE 5 LT CON TRITURADOR EN BOTE

Esta manera de preparar frappés te ayudará mucho ya que tendrás preparación para varios días. Es importante que consideres que si quieras preparar este tipo de frappés vas a requerir el siguiente equipo y accesorios.



Si vas a iniciar, te recomendamos un congelador de 11"



Taladro para
triturar fruta



Bote de 19 Lt



Bote de 5 Lt

(Los puedes adquirir en [materias primas para paleterías](#))



OREO

INGREDIENTES:

- | | | |
|-------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------|
| 1.9 Litros de Crema Base Especial | } | (La puedes adquirir en
materias primas para paleterías) |
| 1 onza de Vainilla Helado | | |
| 2 onzas de Vainilla Blanca | | |
| 1 bolsa de Hielo de 6 Kilos | | |
| 1 Kilo de Azúcar | | |
| 450 gramos de Galleta Oreo
sin relleno "Triturada" | | |

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes líquidos, después todos los sólidos hasta tener una consistencia homogénea. Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente mezclada. Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde para 2 a 2 y medio botes de 5 litros
o para 20 a 22 vasos de 12 o 16 oz *



MAZAPÁN

INGREDIENTES:

- 1.9 Litros de Crema Base Especial
1 onza de Vainilla Helado
2 onzas de Vainilla Blanca
1 bolsa de Hielo de 6 Kilos
1 Kilo de Azúcar
240 gramos de Mazapán
(8 Mazapanes de 30 gr c/u)

{ La puedes adquirir en
materias primas para paleterías)

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes líquidos, después todos los sólidos hasta tener una consistencia homogénea.

Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente mezclada. Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde para 2 a 2 y medio botes de 5 litros
o para 20 a 22 vasos de 12 o 16 oz *



MOKA

INGREDIENTES:

- 1.9 Litros de Crema Base Especial
2 onzas de Vainilla Blanca } (La puedes adquirir en
1 kilo de Azúcar
materias primas para paleterías)
1 Bolsa de Hielo de 6 kilos
60 gr de Chocolate (Nesquick o Chocomilk)
40 gr de Cocoa
2 oz de Cafe Soluble
(el chocolate, cocoa y café se mezclan con 250 ml de agua)

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes líquidos, después todos los sólidos hasta tener una consistencia homogénea. Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente mezclada. Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde para 2 a 2 y medio botes de 5 litros o para 20 a 22 vasos de 12 o 16 oz *



CAPUCCINO

INGREDIENTES:

- | | | |
|-----------------------------------|---|-------------------------------------------------------------|
| 1.9 Litros de Crema Base Especial | } | (La puedes adquirir en
materias primas para paletterías) |
| 2 onzas de Vainilla Blanca | | |
- 1 kilo de Azúcar
1 Bolsa de Hielo de 6 kilos
15 ml de concentrado de capuccino
3 onzas de café soluble
(el café soluble y el concentrado se mezclan en 250 ml de agua)

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes líquidos, después todos los sólidos hasta tener una consistencia homogénea. Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente mezclada. Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. Finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde para 2 a 2 y medio botes de 5 litros o para 20 a 22 vasos de 12 o 16 oz *



FRESA

INGREDIENTES:

- | | | |
|-----------------------------------|---|------------------------------------------------------------|
| 1.9 Litros de Crema Base Especial | } | (La puedes adquirir en
materias primas para paleterías) |
| 2 onzas de Vainilla Blanca | | |
- 1 kilo de Azúcar
1 Bolsa de Hielo de 6 kilos
1 Zumo sabor fresa
250 gramos de fresas (lavadas y desinfectadas)

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes líquidos y la fruta, se licuan hasta tener una mezcla homogénea

Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente licuada.. Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde para 2 a 2 y medio botes de 5 litros o para 20 a 22 vasos de 12 o 16 oz *



GRACIAS

“LA CREMA BASE ESPECIAL.
LA PUEDES COMPRAR EN DONDE
VENDEN MATERIAS PRIMAS PARA
PALETERIAS, HAY DE DISTINTA CALIDAD
TU ELIGES CUAL ES LA QUE TE
CONVIENE MÁS.
TAMBIÉN VAS A ENCONTRAR BASES
EN POLVO PARA FRAPPÉS, SIN EMBARGO
ESTA OPCIÓN ES LA MÁS DELICIOSA.”





RECETARIO SMOOHTIES

FRESA

INGREDIENTES:

1/2 Lt de Agua

500 gr de Fresas (lavadas y desinfectadas)

1 kilo de Azúcar

1 Bolsa de Hielo de 6 kilos

1 Zumo sabor fresa

2 oz de Jarabe de Fresa

1 oz de Vainilla Blanca

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes líquidos y la fruta, se licuan hasta tener una mezcla homogénea

Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente licuada..

Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde alrededor de 2 botes de 5 litros o para 18 a 20 vasos de 12 o 16 oz *



MANGO

INGREDIENTES:

1/2 Lt de Agua

800 gr de Pulpa de Mango

1 kilo de Azúcar

1 Bolsa de Hielo de 6 kilos

160 gr de Mangos en Almíbar

(puedes omitir y sustituir por más pulpta de mango)

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes líquidos y la fruta, se licuan hasta tener una mezcla homogénea

Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente licuada..

Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde alrededor de 2 botes de 5 litros o para 18 a 20 vasos de 12 o 16 oz *



PIÑA

INGREDIENTES:

1/2 Lt de Agua
800 gr de Pulpa de Piña
1 kilo de Azúcar
1 Bolsa de Hielo de 6 kilos

PREPARACIÓN

En el bote de 5 litros se mezclan con cuchara de madera todos los ingredientes liquidos y la fruta, se licuan hasta tener una mezcla homogenea

Posterior en un bote de 20 Lt se coloca la trituradora (Sin conectar a la corriente) seguido a ello se colocan los hielos y finalmente la mezcla previamente licuada.. Se conecta la trituradora a la electricidad y con mucho cuidado se comienza a licuar hasta triturar todos los hielos. finalmente se coloca la mezcla en los botes de 5 litros.

* Esta preparación rinde alrededor de 2 botes de 5 litros o para 18 a 20 vasos de 12 o 16 oz *



NUEVAMENTE GRACIAS

ESPERAMOS PUEDAS REALIZAR ESTE
HERMOSO NEGOCIO, RECUERDA QUE
PUEDES PONER TU PROPIO ESTILO
Y AGREGAR MÁS SABORES.



Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Frappés y Smoothies (al por mayor)

Utensilios y Equipo Necesario

- Bote de 5 litros
- Bote de 20 litros
- Trituradora eléctrica (tipo taladro para frutas)
- Cuchara de madera para mezclar
- Licuadora industrial (opcional)
- Báscula de cocina
- Cucharas y tazas medidoras
- Vasos de 12 o 16 oz
- Congelador de 11 pies (recomendado para almacenamiento)
- Recipientes para almacenamiento de ingredientes
- Accesorios de medición para concentrados y jarabes

Ingredientes y Materia Prima

- - Crema base especial (para frappés)
- - Vainilla helado
- - Vainilla blanca
- - Azúcar
- - Hielo (bolsas de 6 kilos)
- - Galleta Oreo triturada (sin relleno)
- - Mazapán (de 30g c/u)
- - Chocolate en polvo (Nesquick o Chocomilk)
- - Cocoa en polvo
- - Café soluble
- - Concentrado de capuccino
- - Zumo sabor fresa
- - Fresas (lavadas y desinfectadas)
- - Jarabe de fresa
- - Agua
- - Pulpa de mango
- - Mangos en almíbar (pueden omitirse y sustituirse por más pulpa)
- - Pulpa de piña



Dosas



Smoty



SMOOTHIES, DONAS Y MÁS

Glaseado



Donas

Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Donas

Utensilios y Equipo Necesario

- Licuadora o batidora
- Bowls grandes para mezclar
- Báscula de cocina
- Cucharas y tazas medidoras
- Charolas para hornear donas
- Moldes para donas
- Cernidor
- Espátula
- Charola con tapete de silicon
- Rallador
- Termómetro de cocina (opcional)
- Horno
- Estufa
- Recipientes para glaseados y coberturas
- Brocha de repostería
- Rejilla para enfriar



Glaseado

Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Donas

Ingredientes y Materia Prima

- - Harina de trigo y harina de coco
- - Azúcar (refinada, mascabado, glass)
- - Polvo para hornear
- - Sal
- - Bicarbonato de sodio
- - Leche (normal, coco, soya, entera, descremada)
- - Yogurt (griego, de fresa, de coco, natural, congelado)
- - Huevos
- - Mantequilla (derretida o en barra, preferentemente Gloria o Eugenia)
- - Aceite vegetal
- - Agua
- - Leche en polvo
- - Levadura seca
- - Cajeta
- - Nutella
- - Chocolate (amargo, blanco, cobertura, para baño María)
- - Cocoa en polvo
- - Café soluble
- - Baileys
- - Esencia de vainilla, almendra, pistache, coco, fresa
- - Frutas: manzana, fresa, plátano, piña, zanahoria, naranja, limón
- - Colorantes comestibles (rojo, rosa, lila, etc.)
- - Jugos: piña, naranja, limón, zarzamora, mango
- - Crema para batir y crema chantilly
- - Media crema
- - Jarabe de maíz, miel maple, miel Karo
- - Queso crema
- - Galletas Oreo
- - Matcha en polvo
- - Nuez, almendra rebanada
- - Claras de huevo (para crujiente de almendra)
- - Colorante en gel (para red velvet)



Gla...
seado

DONAS



Masa de Dona Fermentada

INGREDIENTES

- 40gr de leche en polvo
- 750gr de harina
- 3 huevos
- 150gr de azúcar
- 200gr de manteca
- 10gr de sal
- 20gr de levadura seca
- 400ml de agua
- 1 litro de aceite

INSTRUCCIONES

1. Mezcla todos los ingredientes apoyados con una fuente, menos agua ni manteca. Integrarlos, e ir agregando poco a poco los líquidos (manteca y agua) hasta formar una masa.
2. Trabajar 30 minutos la masa si es a mano. Si lo haces en batidora hasta que despegue del bowl.
3. Deja fermentar por una hora o hasta que doble su tamaño. Extiende la masa dejando un grosor de 2 cm, corta con un cortador para donas, deja reposar hasta que doblen su tamaño y frie.
4. Deja enfriar y cubre con glaseado a gusto.
5. Si se desea hacer de azúcar al salir del aceite,

DEJA ENFRIAR 1 MINUTO Y ESPOLVOREA DIRECTAMENTE CON AZÚCAR REFINADA.

Donas



Donas de Pastel

INGREDIENTES

- 2 ½ Tazas de harina
- 1 taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- ½ cucharadita de sal
- ¾ taza de yogurt griego
- 1 cucharadita de vainilla
- 2 huevos
- 5 cucharadas de mantequilla derretida

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo de hornear, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, vainilla y la mantequilla derretida y mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornear de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Dejar enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA A TU GUSTO

Donas



Donas sin Gluten

INGREDIENTES

- 2 ½ tazas de harina de coco
- ½ taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- ½ cucharadita de sal
- ¾ taza de leche de coco
- 2 huevos
- 4 cucharadas de mantequilla derretida

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo para hornear, sal y azúcar.
3. Agregar la leche, huevos y la mantequilla derretida y mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA A TU GUSTO

Donas



Donas de Chocolate y Almendra

INGREDIENTES

- **2 ½ tazas de harina**
- **¼ taza de cocoa**
- **¾ taza de azúcar**
- **1 cucharadita de polvo para hornear**
- **½ cucharadita de sal**
- **¾ taza de yogurt griego**
- **1 cucharadita de esencia de almendra**
- **2 huevos**
- **4 cucharadas de mantequilla derretida**

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, cocoa, polvo para hornear, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, esencia de almendra y mantequilla derretida y mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

DECORA CON GANACHE Y ALMENDRA LAMINADA

Donas



Donas de Fresa

INGREDIENTES

- 2 ½ tazas de harina
- ¾ taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- ½ cucharadita de sal
- ¾ taza de yogurt de fresa
- 1 cucharadita de vainilla
- 2 huevos
- 4 cucharadas de mantequilla derretida
- ½ taza de fresa cortadas en cubitos

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo para hornear, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, vainilla, la mantequilla derretida y las fresas, mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos

GLASEA CON GLASEADO DE FRESA Y DECORA CON FRESAS NATURALES.

Donas



Donas de Manzana

INGREDIENTES

- **2 ½ tazas de harina**
- **¾ taza de azúcar**
- **1 cucharadita de polvo para hornear**
- **½ cucharadita de sal**
- **¾ taza de yogurt griego**
- **1 cucharadita de vainilla**
- **2 huevos**
- **4 cucharadas de mantequilla derretida**
- **½ taza de manzana rallada**

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo para hornear, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, vainilla, la mantequilla derretida y la manzana rallada, mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA A TU GUSTO

Donas



Donas de Zanahoria

INGREDIENTES

- 300gr de harina
- ½ cucharadita de polvo para hornear
- ½ cucharadita de canela molida
- ½ cucharadita de bicarbonato
- ½ cucharadita de sal
- 1 taza de azúcar
- 1 taza de jugo de piña o almíbar
- 2 huevos
- 200ml de aceite
- 300gr de zanahoria rallada
- ½ taza de nuez
- 1 taza de piña en almíbar picada finamente

INSTRUCCIONES

1. En un recipiente cierne la harina con el bicarbonato, polvo para hornear, canela, sal y azúcar.
2. Agrega los huevos, aceite y el jugo y mezcla bien.
3. Agrega la zanahoria, nuez y piña y mezcla hasta que estén bien integrados.
4. En caso que quede este demasiado espesa la mezcla puedes agregar más jugo de piña.
5. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
6. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea a 180°C por 15 minutos hasta que estén doradas

PUEDES DECORAR CON BETÚN DE QUESO CREMA O DULCE DE LECHE.

Donas



INGREDIENTES

- 2 ½ tazas de harina
- ¾ taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- ½ cucharadita de sal
- ¾ taza de yogurt de coco
- 1 cucharadita de esencia de coco
- 2 huevos
- 4 cucharadas de mantequilla derretida
- ½ taza de coco rallado

Donas de Coco

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo para hornear, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, vainilla, la mantequilla derretida y el coco rallado, mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea 15 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA CON GLASE DE COCO.

Donas



Donas de Red Velvet

INGREDIENTES

- 2 cucharaditas de colorante en gel rojo
- 1/3 taza de azúcar
- 1 huevo
- 1/4 taza de aceite
- 2 cucharaditas de polvo para hornear
- 1/2 cucharadita de bicarbonato
- 1/4 cucharadita de sal
- 1 cucharada de cacao
- 1 1/2 taza de harina de trigo
- 3/4 taza de leche
- 1 cucharada de jugo de limón

INSTRUCCIONES

1. Batir el azúcar y el aceite. Agregar el huevo y el colorante rojo
2. Agregar la leche, limón y polvos a la mezcla
3. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
4. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea 15 minutos hasta que estén doradas.
5. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA CON GLASE DE QUESO CREMA.

Donas



Donas de Dulce de Leche

INGREDIENTES

- 180gr de mantequilla
- 160gr de azúcar
- 4 huevos
- 280gr de harina
- 1 taza de cajeta
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Batir la mantequilla con el azúcar, agregar los huevos.
3. Agregar los ingredientes secos, la cajeta y mezclar bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornear de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Dejar enfriar en la charola por unos minutos

GLASEA CON CARAMELO

Donas



Donas de Nutella

INGREDIENTES

- 180gr de mantequilla
- 140gr de azúcar
- 4 huevos
- 280gr de harina
- 1 taza de NUTELLA
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Batir la mantequilla con el azúcar, agregar los huevos.
3. Agregar los ingredientes secos, la NUTELLA y mezclar bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornear de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Dejar enfriar en la charola por unos minutos

GLASEA CON GANACHE

Donas



Donas de Platano

INGREDIENTES

- 2 ½ tazas de harina
- ¾ taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de canela
- ½ cucharadita de sal
- ¾ taza de yogurt griego
- 1 cucharadita de vainilla
- 2 huevos
- 4 cucharadas de mantequilla derretida
- ½ taza de puré de plátano

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo para hornear, la canela, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, vainilla, la mantequilla derretida y el plátano, mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos

GLASEA CON GLASÉ DE MAPLE

Donas



Donas de Café Irlandes

INGREDIENTES

- 2 ½ tazas de harina
- 1 taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de canela
- ½ cucharadita de sal
- ¾ taza de yogurt griego
- 1 cucharadita de baileys
- 2 huevos
- 4 cucharadas de mantequilla derretida
- 1 cucharada de café soluble

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo para hornear, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, el café, el baileys y la mantequilla derretida, mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA CON GLASÉ DE BAILEYS

Donas



Donas de Pistache

INGREDIENTES

- 2 ½ tazas de harina
- 1 taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de canela
- ½ cucharadita de sal
- ¾ taza de yogurt griego
- 1 cucharadita de esencia de pistache
- 2 huevos
- 4 cucharadas de mantequilla derretida

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Cernir harina, polvo para hornear, sal y azúcar.
3. Agregar el yogurt, huevos, el café, la esencia de pistache y la mantequilla derretida, mezclar muy bien.
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA CON GLASÉ DE ALMENDRA Y PISTACHE MOLIDO

Donas



Donas de Oreo

INGREDIENTES

- 70gr de mantequilla
- 1 taza de azúcar refinada
- 2 huevos
- ½ taza de yogurt natural
- 75ml de leche
- 1 ½ taza de harina
- ½ taza de cocoa
- 1 cucharadita de bicarbonato
- 4 galletas oreo en trozos

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 200°C
2. En un recipiente vierte los huevos, yogurt y leche, incorpora los ingredientes secos
3. Agrega las galletas en trozos
4. Engrasar una charola para donas con manteca y harina.
5. Poner la mezcla hasta la mitad y hornea de 15 a 20 minutos hasta que estén doradas.
6. Deja enfriar en la charola por unos minutos.

GLASEA A TU GUSTO

Donas



INGREDIENTES

- 1 taza de harina de trigo
- 1 taza de harina de coco
- 1 ½ tazas de azúcar
- 2 cucharaditas de polvos para hornear
- ½ cucharadita de nuez moscada molida
- ½ cucharadita de sal
- 1 huevo
- 1 ¼ de tazas de leche
- 2 cucharadas de mantequilla derretida
- 2 cucharaditas de extracto de vainilla

Donas de Matcha

INSTRUCCIONES

- I. Engrasa dos moldes para dona con un poco de aceite en aerosol.
2. Mezcla en un tazón las harinas con el azúcar, los polvos para hornear, la nuez moscada y la sal. En otro recipiente incorpora el huevo con la leche, la mantequilla y la vainilla. Integra ambas preparaciones hasta formar una mezcla homogénea.
3. Vierte la mezcla en los moldes de dona hasta 3/4 de su capacidad.
4. Hornea a 180 °C o hasta que al insertar un palillo en el centro, salga limpio. Permite que enfrién.

DECORA CON GLASEADO DE MATCHA.

Glaseados



Glaseado de Chocolate

INGREDIENTES

- 1 cucharada de media crema
- 60gr de azúcar glass
- 2 cucharadas de cocoa
- 1 cucharadita de mantequilla
- 2 ½ cucharadas de agua caliente

INSTRUCCIONES

En un recipiente derretir la mantequilla y agregar la cocoa fuera del fuego, agua y media crema, batir con un batidor de globo hasta que la cocoa este bien integrada. Agregar el azúcar pasándola por un cernidor,

trabajar con el batidor de globo hasta que espese.



INGREDIENTES

- 65gr de mantequilla
- 2 tazas de azúcar glass
- 1 cucharadita de vainilla

Glaseado Real

INSTRUCCIONES

Derretir la mantequilla en un sartén y agregar el azúcar glass, si se seca agregar la vainilla y mover. Una vez que la mezcla este sin grumos, retirar del fuego y secar 10min. Antes de usar, llevar de nuevo al fuego fundir y agregar 1 cucharada de agua, hasta que tenga la consistencia deseada

Glaseados



Ganache

INGREDIENTES

- 250gr de chocolate para cobertura
- 25gr de mantequilla
- 125ml de leche

INSTRUCCIONES

Hervir la leche, cuando suelta el hervor se retira del fuego y se le pone el chocolate que ha sido cortado en pedazos chicos, hasta que se desintegre. Finalmente agrega la mantequilla, hasta que tengamos una temperatura de 26°C. Mueve constantemente hasta obtener la textura deseada.



INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- 1 cucharada de leche
- ½ cucharadita de esencia de vainilla Colorante del color deseado

Glaseado de Vainilla

INSTRUCCIONES

1. Mezcla azúcar, leche, vainilla hasta que el azúcar se disuelva.
2. Agregar colorante hasta obtener el color deseado.
3. Úsese inmediatamente para glasear las donas.

Glaseados



Glaseado de Mango

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- 2 cucharadas de jugo de mango

INSTRUCCIONES

1. Mezclar azúcar con el jugo de mango hasta que el azúcar esté disuelto.
2. Úsese inmediatamente para glasear las donas.



INGREDIENTES

- 220gr de chocolate amargo
- 1 ½ taza de azúcar glass
- ¾ de crema chantilly
- 2 cucharadas de café molido

Glaseado de Moka

INSTRUCCIONES

1. Hervir la crema junto con el café, una vez que hierva agregar el chocolate.
2. Mezclar muy bien e integrar el azúcar glass. Mezclar y usar.

Glaseados



Glaseado de Limón

INGREDIENTES

- 2 tazas de azúcar glass
- 2 cucharadas de jugo de limón
- 1 cucharadita de ralladura de limón

INSTRUCCIONES

1. Mezclar azúcar con jugo de limón y la ralladura, hasta que el azúcar este disuelta.
2. Úsese inmediatamente para glasear las donas.



INGREDIENTES

- 4 cucharadas de leche de coco
- 1 cucharadita de coco tostado
- 1 taza de azúcar glass

Glaseado de Coco

INSTRUCCIONES

1. Mezcla el azúcar con la leche de coco y el coco rallado, hasta que el azúcar este disuelta.
2. Úsese inmediatamente para glasear las donas.

Glaseados



Glaseado de Chocolate Blanco

INGREDIENTES

- 225gr de chocolate blanco
- ¾ taza de azúcar glass
- 1 cucharadita de vainilla
- 1/3 taza de crema chantilly

INSTRUCCIONES

1. Hervir la crema, una vez que hierva agregar el chocolate y la esencia.
2. Mezclar muy bien e integrar el azúcar glass. Mezclar y usar.



Glaseado de Baileys

INGREDIENTES

- 85gr de chocolate negro
- 2 tazas de azúcar glass
- ¼ taza de baileys
- 2 cucharadas de agua

INSTRUCCIONES

1. Hervir el licor, una vez que hierva agregar el chocolate.
2. Mezclar muy bien e integrar el azúcar glass. Mezclar y usa.

Glaseados



Glaseado de Chocolate Amargo

INGREDIENTES

- 225gr de chocolate amargo
- 1 taza de azúcar glass
- 1 taza de crema chantilly
- 1 cucharada de mantequilla

INSTRUCCIONES

1. Hervir la crema junto con la mantequilla, una vez que hierva agregar el chocolate.
2. Mezclar muy bien e integrar el azúcar glass. Mezclar y usar.



Glaseado de Queso Crema

INGREDIENTES

- 225gr de queso crema
- 2 tazas de azúcar glass
- 1 cucharada de vainilla

INSTRUCCIONES

1. Acremar el queso crema y agregar la vainilla
2. Mezclar muy bien e integrar el azúcar glass. Mezclar y usar.

Glaseados



Glaseado de Yogurt

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- 4 cucharadas de yogurt

INSTRUCCIONES

1. Integrar el azúcar con el yogurt.
2. Mezclar muy bien y usar.



Glaseado de Fresa

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- 1 cucharada de leche
- ½ cucharadita de esencia de fresa Colorante color rosa

INSTRUCCIONES

1. Mezclar azúcar, leche y esencia hasta que el azúcar este disuelta.
2. Agregar colorante hasta obtener el color deseado.
3. Úsese inmediatamente para glasear las donas.

Glaseados



Glaseado de Menta

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- $\frac{1}{2}$ taza de mentas frescas
- 2 cucharadas de licor de menta
- $\frac{1}{2}$ taza de agua hirviendo

INSTRUCCIONES

1. Agregar la menta en el agua hirviendo y moler en un procesador.
2. Mezclar la pasta obtenida junto con el azúcar glass y el licor.
3. Usar inmediatamente.



Cobertura Cremosa de Chocolate

INGREDIENTES

- 60gr de chocolate amargo
- $\frac{3}{4}$ taza de crema chantilly
- 2 cucharadas de azúcar glass
- 1 cucharada de cocoa
- 1 cucharadita de vainilla

INSTRUCCIONES

1. Derretir el chocolate a baño maría, a parte batir la crema con el azúcar glass y la vainilla, una vez frío el chocolate integrarlo a la crema de forma envolvente.

Glaseados



Glaseado de Zanahoria

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- 1 cucharada de leche
- ½ cucharadita de jugo de zarzamoras natural
- Colorante color lila

INSTRUCCIONES

1. Mezclar azúcar, leche y el jugo hasta que el azúcar esté disuelto.
2. Agregue el colorante hasta que obtenga el tono deseado.
3. Úsese inmediatamente para glasear las donas.



INGREDIENTES

- 2 tazas de azúcar glass
- 2 cucharaditas de café disuelto en
- 2 cucharaditas de agua
- 1 cucharadita de miel karo
- ¼ cucharadita de esencia de vainilla
- 3 cucharadas de agua caliente

Glaseado de Café

INSTRUCCIONES

1. Agregar el azúcar glass, esencia, el café y miel karo.
2. Agregue el agua solo si es necesario para que el glaseado quede más líquido.
3. Úsese inmediatamente para glasear las donas.

Glaseados



Glaseado de Maple

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- $\frac{1}{4}$ taza de miel maple
- 3 cucharadas de media crema

INSTRUCCIONES

- I. Mezclar el azúcar y la miel hasta que esté bien integrado, agrega poco a poco la crema hasta que quede suave. Usarse de inmediato.



INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- 2 cucharadas de jugo de naranja

Glaseado de Naranja

INSTRUCCIONES

- I. Mezclar azúcar con el jugo de naranja, hasta que este disuelta el azúcar.
2. Úsese inmediatamente para glasear las donas.

Glaseados



Glaseado de Caramelo

INGREDIENTES

- $\frac{3}{4}$ taza de crema para batir
- 1 taza de azúcar mascabado
- 3 cucharadas de jarabe de maíz
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal
- 1 cucharadita de extracto de vainilla

INSTRUCCIONES

Hervir la crema, junto con el azúcar y el jarabe, mover constantemente durante 5 minutos, saque del fuego y agregue la sal y la vainilla y deje reposar, si el glaseado se enfria y seca vuelva a calentar a fuego bajo

Glaseado de Almendra

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glass
- 2 cucharadas de leche
- 1 cucharada de esencia de almendra

INSTRUCCIONES

1. Mezclar azúcar con la leche y esencia, hasta que el azúcar este disuelta.
2. Úsese inmediatamente.

Glaseados



Crunch de Almendra

INGREDIENTES

- 1 clara de huevo
- 1 ¼ taza de almendra rebanada
- 2 cucharadas de azúcar refinada

INSTRUCCIONES

1. Precaliente el horno a 160°C, prepare una charola con tapete de siliconón.
2. Aparte batir la clara hasta que este espumosa, agregue las almendras y revuelva bien.
3. Espolvoree el azúcar sobre las almendras y distribúyalas en la charola y hornee por 10 minutos.



Glaseado de Matcha

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar glas
- 1/3 de taza de agua
- 1 cucharadita de matcha
- 1 cucharadita de jugo de limón

INSTRUCCIONES

1. Calienta el agua e infusona en ella el matcha. Enfriá.
2. Mezcla la infusión con el jugo de limón y el azúcar glas. Cubre las donas con esta mezcla, enfriá y para servir, espolvorea un poco más de matcha.

Glosario



- **ACREMAR:** mezclar o batir un ingrediente o una preparación hasta suavizarla para que adquiera consistencia cremosa.
- **CREMA PARA BATIR:** la más recomendable es baja en grasa.
- **COCOA:** la consigues en cualquier supermercado, ciérnala antes de usar para evitar los grumos, la marca hershey es de muy buena calidad.
- **HUEVOS:** agregan sabor, textura, estructura y riqueza, siempre deben de estar lo más fresco posible y a temperatura ambiente ya que los huevos fríos hacen que se corte la masa, sáquelos del refrigerador 1 o 2 horas antes de preparar la receta y con un peso de 50-60gr.
- **INCORPORAR:** Untar delicadamente otros ingredientes a una mezcla batida, de manera que el aire contenido en dicho compuesto no sea eliminado y se obtenga un compuesto homogéneo, se mezcla delicadamente con una espátula plástica flexible.
- **MANTEQUILLA:** es necesaria que sea de grasa animal, las marcas recomendadas son GLORIA o EUGENIA. Por el alto contenido de grasa proporciona gran sabor y textura, además de un pan suave.
- **FÉCULA DE MAÍZ:** Se agrega para mejorar la textura y como agente espesante.
- **HARINA:** Trigo o todo propósito son las recomendadas siempre en las mezclas, ciérnala antes de usar y busca harinas de trigo con proteína 10.
- **POLVO PARA HORNEAR:** se utiliza para que esponjen los alimentos horneados, solo pierden su acción si están viejos o se han dejado abiertos.

Consejos y Tips



- Los ingredientes deben estar a temperatura ambiente, sobre todo la mantequilla, si esta derretida altera la textura de un pastel.
- Para conservar un pastel asegúrese que este a temperatura ambiente antes de guardarlo en un recipiente hermético y que sea del tamaño del pastel. Esto minimiza el aire que lo rodea.
- Para evitar que un pastel se hunda del centro, evite tener muy fuerte la temperatura del horno, ya que la masa se fuerza a subir demasiado rápido por el calor.
- Si se hunde tras sacarlo del horno es porque aún no ha terminado de cocerse. Evite abrir el horno antes del tiempo recomendado de cocción.
- La corteza queda azucarada por que la mantequilla y el azúcar no se integraron bien.
- Si se encoge su pastel es porque el horno estaba muy caliente y se coció en exceso.
- Si se desmorona al cortarlo es porque se ha batido mucho la mezcla o los huevos se incorporaron muy rápidamente.
- Si sube irregularmente, la rejilla del horno esta inclinada o la masa no está repartida igual en el molde o el calor del horno es más fuerte de algún lado.
- La fruta se hunde hasta el fondo es porque se ha lavado pero no se ha secado bien, o la masa del pastel está muy líquida como para soportar el peso de la fruta.
- Precalienta siempre el horno y procura no abrirlo durante el tiempo de cocción.
- Mide los ingredientes de forma precisa usando báscula, cucharas o tazas medidoras.
- Siempre ten medidos y listos para usar todos los ingredientes que necesites antes de comenzar a preparar.



Bofis a base
de Agua



Bolis a base de Agua

Lista de Ingredientes, Materia Prima, Utensilios y Equipo para Elaborar Bolis

Utensilios y Equipo Necesario

- Licuadora
- Cucharas medidoras
- Tazas medidoras
- Vasos medidores (para líquidos)
- Bolsitas para bolis (de plástico para congelar)
- Embudo (opcional, para facilitar el llenado)
- Cuchillo y tabla para picar frutas
- Recipientes para preparar y servir la mezcla
- Congelador
- Etiquetas (opcional, para clasificar sabores)

Ingredientes y Materia Prima

- Agua
- Azúcar
- Piña natural madura
- Fresas frescas o congeladas
- Jugo de limón
- Tajín (chile en polvo)
- Polvo para bebida sabor piña, fresa, jamaica, guayaba, naranja, uva (Tang, Zuco, Frisco, etc.)
- Dulces Pica Fresa
- Pepino (sin cáscara ni semillas)
- Colorante verde o rosa (opcional)
- Bolsitas de té verde
- Naranjas dulces (sin cáscara ni semillas)
- Pulpa de tamarindo natural
- Pulparindos (tiras de 1 cm)
- Panditas (ositos de goma)
- Polvo para gelatina sabor frambuesa
- Frambuesas frescas o congeladas
- Guayabas maduras
- Mermelada de fresa
- Uvas moradas sin semilla
- Pulpa de mango
- Concentrado de tamarindo azucarado



Bolis a base de Agua

Piña Enchilada

INGREDIENTES

- 350 G DE PIÑA NATURAL MADURA SIN CASCARA NI EL CENTRO FIBROSO
- 1.5 LITROS DE AGUA
- 1 TAZA DE AZÚCAR
- 3 CUCHARADAS DE TAJÍN (CHILE EN POLVO)
- 2 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN
- 1 SOBRE DE POLVO PARA BEBIDA SABOR PIÑA (TANG, ZUCO, ETC)

INSTRUCCIONES

- Coloca en la licuadora todos los ingredientes y licua por 1 minuto
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....



Bolis a base de Agua

Pica Fresa

INGREDIENTES

- 1.5 LITROS DE AGUA
- 1 TAZA DE AZÚCAR
- 300 G DE FRESAS FRESCAS O CONGELADAS
- 1 SOBRE DE POLVO PARA BEBIDA SABOR FRESA (TANG, FRISCO, ZUCO, ETC)
- 2 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN
- 2 CUCHARADAS DE TAJIN
- DULCES "PICA FRESA" 1 POR CADA BOLIS



INSTRUCCIONES

- Coloca en la licuadora todos los ingredientes y licua por 1 minuto
- Toma cada pica fresa y pártela por mitad y enseguida colócala en cada bolsa de bolis
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Jamaica Enchilada

INGREDIENTES

- **1.5 LITROS DE AGUA**
- **1 TAZA DE AZÚCAR**
- **1 SOBRE DE POLVO PARA BEBIDA SABOR JAMAICA (TANG, FRISCO, ZUCO, ETC)**
- **2 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN**
- **2 CUCHARADAS DE TAJIN**



INSTRUCCIONES

- Coloca en la licuadora todos los ingredientes y licua por 1 minuto
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Pepino Enchilado

INGREDIENTES

- **1.5 LITROS DE AGUA**
- **1 ½ TAZAS DE AZÚCAR**
- **500 G DE PEPINO SIN CASCARA Y SIN SEMILLAS**
- **2 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN**
- **2 CUCHARADAS DE TAJIN**
- **COLORANTE VERDE (OPCIONAL)**



INSTRUCCIONES

- Coloca en la licuadora todos los ingredientes y licua por 1 minuto.
- De forma opcional puedes agregar un poco de colorante verde al gusto.
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Té Verde

INGREDIENTES

- **1.5 LITROS DE AGUA**
- **1 ½ TAZAS DE AZÚCAR**
- **10 BOLSITAS DE TE VERDE**
- **COLORANTE VERDE (OPCIONAL)**



INSTRUCCIONES

- Coloca una olla grande con el litro y medio de agua, el azúcar y las bolsitas de te verde, lleva a hervir a fuego alto y luego apaga el fuego y deja en reposo hasta que quede a temperatura ambiente.
- Retira las bolsitas de te del agua.
- De forma opcional puedes agregar un poco de colorante verde al gusto.
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Sorbeté de Naranja

INGREDIENTES

- **1.5 LITROS DE AGUA**
- **1 ½ TAZAS DE AZÚCAR**
- **3 NARANJAS DULCES SIN SEMILLAS NI CASCARA**
- **1 SOBRE DE POLVO PARA PREPARAR BEBIDA SABOR NARANJA**
- **1 CUCHARADA DE JUGO DE LIMÓN**



INSTRUCCIONES

- Coloca en la licuadora todos los ingredientes y licua por 1 minuto.
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Pulparindo

INGREDIENTES

- 350 G DE PULPA DE TAMARINDO NATURAL (PUEDES SUSTITUIR CON 1 SOBRE DE BEBIDA SABOR TAMARINDO PERO SI USAS POLVO DEBES AÑADIR SOLO UNA TAZA DE AZÚCAR DE LO QUE SE MARCA EN ESTA RECETA)
- 2 LITROS DE AGUA
- 2 CUCHARADAS DE TAJÍN
- PULPARINDOS (DE REQUIERE UNA TIRA DE 1 CM DE GROSOR POR CADA BOLIS)
- 1 CUCHARADA DE JUGO DE LIMÓN
- 1 ½ TAZAS DE AZUCAR



INSTRUCCIONES

- Coloca todos los ingredientes en el vaso de la licuadora y licua por 1 minuto
- Pon una tira de pulparindo en cada bolsita de los bolis
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Panditas

INGREDIENTES

- **1.5 LITROS DE AGUA**
- **1 ½ TAZAS DE AZÚCAR**
- **4 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN**
- **PANDITAS (OSITOS DE GOMITA DE COLORES) SE REQUIEREN 15 PANDITAS POR BOLIS**

INSTRUCCIONES

- Coloca todos los ingredientes en el vaso de la licuadora a excepción de los panditas y licua por 1 minuto.
- Pon los panditas dentro de cada bolsita de bolis.
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

EN LAS TIENDAS DE MATERIAS PRIMAS PARA REPOSTERÍA ENCUENTRAS LOS OSOS DE GOMITA A GRANEL Y TE SALEN MÁS BARATOS.



Bolis a base de Agua

Sorbeté de Frambruesa

INGREDIENTES

- 2 LITROS DE AGUA
- 1 ½ TAZAS DE AZUCAR
- 4 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN
- 2 CUCHARADAS DE POLVO PARA GELATINA SABOR FRAMBUESA
- 250 G DE FRAMBUESAS FRESCAS O CONGELADAS



INSTRUCCIONES

- Coloca todos los ingredientes en el vaso de la licuadora y licúa por 1 minuto
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Sorbeté de Guayaba

INGREDIENTES

- 2 LITROS DE AGUA
- 1 TAZA DE AZUCAR
- 2 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN
- 1 SOBRE DE POLVO PARA BEBIDA SABOR GUAYABA
- 300 G DE GUAYABAS MADURAS
- COLORANTE ROSA AL GUSTO (OPCIONAL)



INSTRUCCIONES

- Coloca todos los ingredientes en el vaso de la licuadora y licúa por 1 minuto
- De forma opcional puedes agregar un poco de colorante rosa.
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....

Bolis a base de Agua

Guayaba con Fresa

INGREDIENTES

- **2 LITROS DE AGUA**
- **1 TAZA DE AZUCAR**
- **2 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN**
- **1 SOBRE DE POLVO PARA BEBIDA SABOR GUAYABA**
- **200 G DE GUAYABAS MADURAS**
- **300 G DE FRESAS FRESCAS O CONGELADAS**
- **1 TAZA DE MERMELADA DE FRESA**

INSTRUCCIONES

- Coloca todos los ingredientes en el vaso de la licuadora a excepción de la mermelada y licua por 1 minuto.
- Coloca $\frac{1}{2}$ cucharada de mermelada de fresa en cada bolsita para bolis asegurándote de que quede embarrada.
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....



Bolis a base de Agua

Sorbeté de Uva

INGREDIENTES

- **2 LITROS DE AGUA**
- **1 TAZA DE AZUCAR**
- **1 SOBRE DE POLVO PARA BEBIDA SABOR UVA**
- **300 G DE UVAS MORADAS SIN SEMILLAS PARA LA MEZCLA LIQUIDA**
- **UVAS ENTERAS (5 PARA CADA BOLIS)**

INSTRUCCIONES

- Coloca todos los ingredientes en el vaso de la licuadora a excepción de las uvas enteras para decorar
- Añade 5 unas a cada bolsita de bolis, puedes agregarlas enteras o partidas a la mitad.
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

.....



Bolis a base de Agua

Mango con Pulparindo

INGREDIENTES

- 600 G DE PULPA DE MANGO
- 2 LITROS DE AGUA
- 1 ½ TAZAS DE AZÚCAR
- 2 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN
- CONCENTRADO DE TAMARINDO AZUCARADO
- PULPARINDO (1 TIRA DE 1 CM POR CADA BOLIS)



INSTRUCCIONES

- Coloca en la licuadora todos los ingredientes a excepción del concentrado de tamarindo y el pulparindo y licua por 1 minuto
- Coloca una cucharada del concentrado de tamarindo junto con una tira de pulparindo de 1 cm de grosor
- Luego pon 200 ml de la mezcla en cada bolsita.
- Tuerce un poco la bolsita del bolis para mantener la forma y haz un nudo.
- Lleva a congelar hasta que queden firmes.

NOTAS

EL CONCENTRADO DE TAMARINDO LO VENDEN EN CASI TODOS LOS SUPERMERCADOS EN EL ÁREA DONDE TIENEN LAS BEBIDAS COMO JUGOS, REFRESCOS, ETC. CUIDA DE NO MOVER MUCHOS TUS BOLIS PARA QUE EL CONCENTRADO DE TAMARINDO NO SE INTEGRE A LA MEZCLA SINO QUE SEA PERCEPTIBLE VISUALMENTE Y DE ESTA FORMA RESULTE MÁS LLAMATIVO.

Links Canva

Enlaces para archivos de Canva



[Logo Smoty](#)



[Etiqueta Smoty](#)



[Post's Facebook](#)



[Post's Facebook Cuadrado](#)



Links Canva

Forma de Uso

- 1) Al hacer click se abrirá la plantilla se te pedirá que inicies sesión en tu Cuenta de Canva o bien crear una nueva de forma gratuita.
- 2) Después de hacer clic en "USAR PLANTILLA" e iniciar sesión, se crea automáticamente una copia en la carpeta "Todos tus diseños" en Canva.

NOTA:

Si tienes problemas para abrir tus plantillas, accede a ellas primero con una computadora de escritorio. Después de eso podrás encontrar tus plantillas en tu aplicación de Canva.

