kiwilimón

10 ideas de COMIDA para Niños

PRESENTADO POR:

Recetas Nestlé®

Burritos de Calabaza

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Burritos de Calabaza

TIEMPO: 30 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 4**

PARA LA SALSA

- 1 ½ tazas de jitomate
- ½ taza de cebolla
- ½ taza de chile serrano
- ¼ taza de cilantro
- 2 cdas. de jugo de limón
- 1 cdta. de **Jugo MAGGI®**

PARA EL RELLENO

- 2 cdas. de aceite vegetal
- 1 taza de cebolla *(finamente picada)*
- 1 cda. de ajo
- 2 tazas de calabaza
- 1 taza de grano de elote

PARA TERMINAR

- 1 taza de frijoles *(refritos)*
- 1 taza de arroz *(cocido)*
- suficientes tortillas de harina

PREPARACIÓN

1. Para la salsa, mezcla el jitomate, la cebolla, el chile, el cilantro, el jugo de limón, el **Jugo MAGGI®** y reserva.

2. Para el relleno de calabaza, en una sartén a fuego medio, sofríe la cebolla y el ajo, añade la calabaza, los granos de elote y sazona por 10 min. Reserva.

3. Parrilla las tortillas de harina, retira de la sartén y unta frijoles refritos sobre la tortilla de harina, después rellena con el guisado de calabaza, un poco de arroz, pico de gallo y forma el burrito. Sirve.

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Rollitos de JAMÓN con ensalada Rusa

TIEMPO: 30 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 8**

PARA LA ENSALADA

- 3 zanahorias
- 2 papas (*en cubos pequeños)*
- ½ taza de chícharo (*cocido)*
- 3 cdas. de cebolla *(finamente picada)*
- ½ taza de mayonesa
- 3 cdas. de **CARNATION® CLAVEL® Origen Almendra**
- 2 cdas. de perejil
- sal al gusto
- pimienta al gusto

PARA TERMINAR

- ¼ de jamón *(en rebanadas gruesas)*
- suficiente lechuga italiana
- suficiente jitomate cherry

PREPARACIÓN

1. Para la ensalada rusa, en un bowl mezcla la zanahoria con la papa, el chícharo, la cebolla, la mayonesa, la **CARNATION® CLAVEL® Origen Almendra**, el perejil, la sal, y la pimienta, hasta integrar por completo.

2. Sobre una tabla extiende las rebanadas de jamón y coloca por encima una hoja de lechuga y la ensalada rusa, cierra en forma de taquito, decora con el jitomate cherry y con un palillo en el centro para tener un mejor soporte.

Crujientes
CROQUETAS
de Pollo
kiwilimón
Recetas Nestlé .com.mx

Crujientes CROQUETAS de Pollo

TIEMPO: 40 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 4**

PARA EL RELLENO

- 500 g de carne molida de pollo
- 3 cdas. de cebolla *(finamente picada)*
- 1 cda. de ajo en polvo
- 1 taza de queso parmesano
- ½ taza de queso crema
- 2 cdas. de perejil *(finamente picado)*
- 1 taza de tocino frito *(en cubitos)*
- 1 cda. de **Jugo MAGGI®**
- pimienta al gusto

PARA EMPANIZAR

- suficiente harina
- 3 huevos *(batidos)*
- suficiente pan molido
- suficiente aceite vegetal *(para freír)*
- suficiente perejil *(picado)*

PARA DECORAR Y ACOMPAÑAR

- suficiente perejil *(picado)*
- ensalada de lechuga *(al gusto)*
- salsa verde *(al gusto)*

PREPARACIÓN

1. En un bowl, mezcla la carne molida de pollo con la cebolla, el ajo en polvo, el queso parmesano, el queso crema, el perejil, el tocino y sazona con **Jugo MAGGI®** y pimienta a tu gusto.

2. Con ayuda de tus manos, forma las croquetas y empaniza pasando por harina, huevo batido y pan molido.

3. En un sartén a fuego medio, calienta el aceite y fríe las croquetas hasta que estén doraditas. Escurre sobre papel absorbente para retirarle el exceso de aceite.

4. Decora con perejil y acompaña con una ensalada de lechuga y salsa verde. Sirve.

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Espagueti a la CREMA con Jamón

TIEMPO: 50 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 4**

PARA EL ESPAGUETI

- suficiente **Agua NESTLÉ® PURIZA VITAL®**
- sal al gusto
- 1 paquete de espagueti *(500g)*

PARA LA SALSA

- 2 cdas. de mantequilla reducida en grasa
- 1 taza de **Media Crema NESTLÉ® Reducida en Grasa***
- 1 cda. de fécula de maíz
- 1 ½ tazas de jamón *(en cubos)*
- sal al gusto
- pimienta al gusto

PARA DECORAR

- perejil al gusto

PREPARACIÓN

1. En una ollita con **Agua NESTLÉ® PURIZA VITAL®** hirviendo agrega la sal, la pasta y cocina de acuerdo con las instrucciones del empaque. Escurre y reserva.

2. En una sartén agrega la mantequilla, la **Media Crema NESTLÉ® Reducida en Grasa** y la fécula y calienta por 5 minutos; cocina el jamón hasta dorar, agrega la pasta e incorpora a la salsa; sazona con sal y pimienta.

3. Sirve de inmediato y decora con perejil.

*Comparada contra Media Crema NESTLÉ® Regular

Espagueti ROJO Cremosito

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Espagueti ROJO Cremosito

TIEMPO: 35 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 2**

PARA EL ESPAGUETI

- suficiente agua
- suficiente sal
- 1 paquete de espagueti *(250 g)*

PARA LA SALSA

- 5 jitomates *(en mitades)*
- 1 diente de ajo
- ¼ de cebolla
- 360 ml de **Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® Reducida en Grasa***
- ½ taza de **Media Crema NESTLÉ® Reducida en Grasa****
- ½ taza de puré de tomate
- 1 cda. de albahaca
- ½ cda. de orégano
- 1 cda. de mantequilla reducida en grasa
- sal al gusto

PARA DECORAR

- 1 cda. de perejil *(picado)*
- 2 cdas. de queso panela *(rallado)*

PREPARACIÓN

1. Hierve el agua en una ollita y agrega la sal y el espagueti. Cocina alrededor de 10 minutos o hasta que esté "al dente". Escurre y reserva.

2. Para la salsa, asa los jitomates, el ajo y la cebolla en un comal.

3. Licúa las verduras junto con la **Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® Reducida en Grasa***, la **Media Crema NESTLÉ® Reducida en Grasa**, el puré, la albahaca y el orégano.

4. Calienta una olla a fuego medio y derrite la mantequilla. Agrega la salsa y una vez que suelte el hervor, agrega la pasta. Cocina alrededor de 5 minutos, sazona son sal.

5. Sirve la pasta y acompaña con perejil picado y queso panela.

kiwilimón

*Comparada contra Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® Regular
**Comparada contra Media Crema NESTLÉ® Regular

Recetas Nestlé .com.mx

Hamburguesitas de POLLO con SALSA de Elote y Aguacate

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Hamburguesitas de POLLO con SALSA de Elote y Aguacate

TIEMPO: 30 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 4**

PARA LAS HAMBURGUESITAS

- 800 g de carne molida de pollo
- ½ cebolla *(finamente picada)*
- ¼ taza de almendra *(troceada)*
- 2 cdas. de jengibre *(rallado)*
- ¼ taza de cilantro
- 2 cdas. de miel de abeja
- 1 cda. de hojuela de chile
- 1 cdta. de **Jugo MAGGI®**
- pimienta al gusto
- suficiente aceite vegetal

PARA LA SALSA

- 1 taza de elote
- ¼ taza de cilantro
- 1 cda. de jugo de limón amarillo
- 1 cda. de ajo en polvo
- 1 taza de aguacate
- ¼ taza de rábano *(finamente picado)*
- 3 cdas. de cebollín *(finamente picado)*

PREPARACIÓN

1. En un bowl, mezcla la carne molida de pollo con la cebolla, la almendra, el jengibre, el cilantro, la miel de abeja, las hojuelas de chile, el **Jugo MAGGI®** y la pimienta.

2. En una tabla forma hamburguesitas con ayuda de tus manos y refrigera.

3. En una sartén parrilla, calienta el aceite y cocina las hamburguesitas por ambos lados hasta que estén cocidas. Reserva.

4. Para la salsa, en un bowl mezcla el elote con el cilantro, el jugo de limón, el ajo en polvo, el aguacate, el rábano, el cebollín y sazona a tu gusto.

5. Sirve las hamburguesitas de pollo con la salsa de elote, aguacate y acompaña con ensalada fresca.

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Pizza con Pan de Caja

TIEMPO: 30 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 4**

PARA LA SALSA

- suficiente **Agua NESTLÉ® PUREZA VITAL®**
- 8 jitomates maduros
- 2 ajos
- 2 ramas de tomillo fresco
- ½ cubo de **Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®**
- suficiente aceite vegetal

PARA TERMINAR

- 10 rebanadas de pan de caja
- 2 tazas de queso manchego *(rallado)*
- 1 taza de pepperoni
- 1 taza de jamón
- 1 taza de tocino
- 1 taza de cebolla morada

PREPARACIÓN

1. Calienta una olla con **Agua NESTLÉ® PUREZA VITAL®** a fuego medio, espera a que hierva y agrega los jitomates con un corte en cruz en la punta, agrega los ajos, el tomillo y cocina por 5 minutos. Retira.

2. Muele el **Concentrado de Tomate con Pollo CONSOMATE®** con el ajo, el jitomate sin piel y sin semillas; cocina durante 5 minutos. Retira.

3. En una charola, coloca las rebanadas de pan y aplánalas; coloca la salsa, el queso y el resto de los ingredientes.

4. Hornea a 180ºC por 10 o 15 minutos y sirve.

Cheesecake de YOGHURT con Mandarina

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Cheesecake de YOGHURT con Mandarina

TIEMPO: 45 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 8**

PARA EL CHEESECAKE

- 2 tazas de queso crema
- 1 taza de mandarina en almíbar *(en gajos)*
- 1 taza de **Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® Reducida en Grasa***
- 1 taza de yoghurt griego
- 2 sobres de grenetina *(7 g c/u)*

PARA LA BASE

- 2 tazas de galletas de canela
- ½ taza de mantequilla reducida en grasa

PARA DECORAR

- suficiente mandarina *(en gajos)*
- suficiente menta

PREPARACIÓN

1. Para el cheesecake de mandarina, licúa el queso crema, la mandarina, **Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® Reducida en Grasa**, el yoghurt griego y la grenetina.

2. Vierte en moldes individuales hasta llegar a ¾ partes de su capacidad y refrigera hasta que cuaje.

3. Para la base, coloca las galletas en una bolsa y con ayuda de un rodillo aplasta hasta tener un polvo semifino. Mezcla la galleta con la mantequilla y reserva.

4. Coloca la base de galletas sobre los cheesecakes, refrigera por 30 minutos y desmolda.

5. Decora con los gajos de mandarina y la menta.

*Comparada contra Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® Regular

Frappé de CHOCOLATE con Pera

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Frappé de Chocolate con Pera

TIEMPO: 10 min DIFICULTAD: Baja PORCIONES: 4

PARA EL FRAPPÉ

- 1 taza de yoghurt natural
- 1 taza de nuez *(finamente picada)*
- 1 taza de **CARNATION® CLAVEL® Origen Coco**
- 1 pera
- 3 cdtas. de **NESQUIK® Sabor Chocolate**
- 1 cdta. de canela en polvo
- 1 cdta. de esencia de vainilla

PARA DECORAR

- 1 pera cortada *(en cuartos)*

PREPARACIÓN

1. Vierte el yoghurt y las nueces picadas sobre un molde para hielo y congela por 3 horas.

2. En una licuadora agrega la **CARNATION® CLAVEL®Origen Coco**, la pera, los hielos de yoghurt, **NESQUIK® Sabor Chocolate**, canela en polvo y la esencia de vainilla. Licúa hasta obtener un frappé.

3. Sirve sobre un mason jar y decora con pera cortada en cuartos.

Licuado de CHOCOLATE con Plátano

kiwilimón

Recetas Nestlé .com.mx

Licuado de CHOCOLATE con Plátano

TIEMPO: 5 min **DIFICULTAD: Baja** **PORCIONES: 2**

PARA EL LICUADO

- 1 taza de **CARNATION® CLAVEL® Origen Almendra**
- **NESQUIK® Sabor Chocolate** al gusto
- ½ plátano
- 3 fresas *(sin rabo)*
- 2 cdas. de granola
- 1 cda. de miel
- 1 cda. de avena
- 1 cdta. de vainilla

PARA DECORAR

- suficientes fresas *(en mitades)*
- suficiente plátano *(en rebanadas)*
- suficiente granola

PREPARACIÓN

1. Licúa la **CARNATION® CLAVEL® Origen Almendra**, el **NESQUIK® Sabor Chocolate**, el plátano, las fresas, la granola, la miel, la avena y la vainilla, hasta obtener una consistencia tersa.

2. Sirve en dos vasos y decora con fresas, rebanadas de plátano y granola.