



★ Descubre nuestras
mejores
recetas ★



Pastel red Velvet

🕒 Preparación: 30 minutos Horneado: 1 hora

🌸 12 Porciones ★★★★★ Dificil



Ingredientes

1 caja de Harina para preparar Pastel sabor vainilla Pronto®

1/3 taza de mantequilla derretida

1 taza de leche

1/3 de betabel

2 cucharadas de cocoa

Colorante rojo al gusto

Ingredientes

Betún de queso:

210 g (1 barra grande) de queso crema

90 g (1 barra) de mantequilla sin sal

1/2 taza de Azúcar Glass Metco®

1 cucharadita de vainilla

Grageas rojas y blancas

Preparación

1 Licuar el betabel con la leche hasta deshacerlo por completo.

2 Integrar la mezcla del pastel sabor vainilla Pronto®, mantequilla derretida, leche con betabel, cocoa y colorante hasta obtener una mezcla homogénea.

3 Volcar la mezcla en un molde previamente engrasado, siguiendo las indicaciones del empaque.

4 Para preparar el betún batir con batidora a toda velocidad el queso crema hasta que no tenga grumos y duplique su tamaño.

5 Añadir la mantequilla y continuar batiendo hasta duplicar el volumen.

6 Agregar poco a poco y sin dejar de batir el Azúcar Glass Metco®.

7 Una vez integrado agregar vainilla y refrigerar cinco minutos antes de utilizar grageas.

8 Desmoldar el pastel y dejar que se enfríe antes de decorar con el betún y las grageas.



Tip culinario:

Puedes hacer diferentes diseños honrando la masa en moldes de cupcakes y acomodarlos en cualquier base con la forma deseada.

Corazones de tocino y hot cakes

🕒 45 minutos 🌸 Depende del tamaño ★★☆☆ Fácil



Ingredientes

1 caja de Harina para preparar hot cakes Pronto®
Ingredientes al reverso de la caja
250 de tocino
Palillos
Jarabe sabor Maple Pronto® para acompañar

Preparación

1

Preparar la mezcla para los hot cakes Pronto®, siguiendo las indicaciones del empaque.

2

Aparte de cocinar sobre un sartén o plancha muy caliente el tocino un minuto por lado o hasta que esté cocido pero no dorado.

3

Mientras aún estén suaves unir los extremos de arriba y de abajo de dos rebanadas de tocino y colocarlas en un sartén previamente engrasado de forma que marquen la orilla de un corazón.

4

Rellenar el corazón de tocino con la mezcla de hot cakes hasta llegar a tres cuartas partes de la altura de la rebanada y cocinar por tres minutos tapado a fuego bajo o hasta que tenga burbujas de la parte de arriba y sea fácil despegarlo de la parte de abajo.

5

Voltear y cocinar por un minuto más.

6

Servir con Jarabe sabor Maple Pronto® y acompañar con huevo y fruta para un desayuno completo.



Tip culinario:

Agrega una pizca de Mascabado Metco® al tocino durante la primera cocción para que se haga más crujiente.

Besos de fresa

🕒 *Elaboración: 20 minutos Horneado 15 minutos*

🌸 *12 Porciones* ⭐⭐☆ *Intermedio*



Preparación

- 1** En un bowl mezclar con un globo batidor mantequilla, Pronto Condensada® y Azúcar Glass Metco® hasta integrar perfectamente.
- 2** Añadir Atole sabor fresa Pronto® y mezclar hasta integrar con una pala o miserable.
- 3** La masa debe quedar con consistencia de plastilina y no debe pegarse en las manos.
- 4** Refrigerar la masa 10 minutos.
- 5** Formar bolitas con las manos y aplastarlas ligeramente con las manos.
- 6** Hornear a 180°C 10- 15 minutos hasta que estén doradas de la parte de abajo.
- 7** Una vez frías, decorar con Azúcar Glass Metco®.

Ingredientes

- 1/3 taza de Pronto Condensada®
- 1/3 taza de Azúcar Glass Metco®
- 1/2 barra de mantequilla a temperatura ambiente
- 3 sobres de Atole sabor fresa Pronto®
- Extra Azúcar Glass Metco® para decorar



Tip culinario:

La masa se puede preparar con antelación y mantener en refrigeración por hasta una semana antes de hornear.

Cheesecake de corazones

🕒 *Elaboración: 20 minutos Horneado 15 minutos*

🍷 *8 Porciones*

★ ★ ★ *Difícil*



Ingredientes

1 Taza de avena
½ Taza de galletas de vainilla
½ Barra de mantequilla
¼ Taza de Azúcar BC®
1 Cucharada de canela

Para decorar:
Mermelada de fresa

Ingredientes

Relleno:

100 g de queso crema
50 g de requesón queso cottage
½ Taza de yogurt
2 Huevos
Jugo y ralladura de 1 limón
1 Pizca de sal
1 Cuchara de fécula de maíz
½ Taza de Azúcar BC®

Preparación

- 1 Para la base licuar juntas avena y galletas hasta obtener un polvo fino.
- 2 Mezclar con mantequilla derretida, Azúcar BC® y canela.
- 3 Presionar la mezcla al fondo de un molde hasta cubrir la superficie.
- 4 Para el relleno licuar todos los ingredientes y volcar la mezcla sobre la base.

- 5 Aparte, licuar la mermelada de fresa hasta tener una consistencia lisa.
- 6 Con ayuda de una cuchara colocar en toda la superficie gotas grandes de mermelada, formando aros sobre el cheesecake.
- 7 Con cuidado de no llegar al fondo, pasar un palillo por la mitad de las gotas, uniéndolas entre sí de manera que queden formas de corazón Hornear a 160°C por una hora o hasta que se sienta firme.
- 8 Servir.



Tip culinario:

Puedes preparar tu propia mermelada con fresas naturales molidas y cocidas con Azúcar BC® para una versión con menos azúcar.

Gelatina cremosa de cereza

🕒 *Elaboración: 25 minutos* *Reposo: 3 horas*

🍷 *10 Porciones* ⭐⭐⭐ *Fácil*



Ingredientes

1 paquete de Gelatina sabor vainilla Pronto®

1 taza de crema ácida

½ taza de cerezas rojas en almíbar, drandas

2 tazas de leche

Cerezas extra para decorar

Preparación

1

Disolver el contenido de la Gelatina sabor vainilla Pronto® en una taza de leche, siguiendo las instrucciones del empaque pero sólo usando una taza de leche.

2

Licuar la leche restante, crema ácida y cerezas.

3

Sin dejar de licuar, añadir a través de la rosca de la tapa la gelatina disuelta en forma de hilo y licuar un minuto más o hasta que se forme espuma.

4

Inmediatamente transferir a un molde previamente aceitado y refrigerar hasta que cuaje.



Tip culinario:

Puedes sustituir la leche por bebida de coco y la crema ácida por yogurt para una versión más ligera y baja en lactosa.

Brownies sin gluten

🕒 1 hora

🌸 9 Porciones

★★★ Intermedio



Ingredientes

3/4 taza de chocolate semi amargo

1 barra de mantequilla

1 cucharadita de vainilla

4 huevos

2 cucharadas de cocoa

1 cucharadita de polvo para hornear Pronto®

1 taza de Mascabado Metco®

1 caja de Puré de papa Pronto®

Leche según se necesite

Opcional:

Agregar chisps de chocolate

Preparación

1

Derretir el chocolate amargo y la barra de mantequilla juntos en un Bowl en intervalos de 30 segundos en el microondas removiendo entre cada intervalo hasta que estén completamente líquidos.

2

Una vez que se enfríen un poco agregar vainilla huevo cocoa, polvo para hornear Pronto® y Mascabado Metco®.

3

Con ayuda de una pala o miserable integrar las hojuelas del Puré de papa Pronto® hasta tener una mezcla pesada con consistencia de puré, de ser necesario agregar un poco de leche.

4

Volcar la mezcla sobre un molde previamente engrasado y enharinado.

5

Hornear a 170 °C por 45 minutos o hasta que las orillas estén doradas y el centro se sienta firme al tacto.



Tip culinario:

Estos brownies pueden congelarse hasta por un mes y descongelarse en el microondas u horno eléctrico para disfrutar calientes.

Malteada de frambuesa y plátano

🕒 15 minutos

🌸 2 Porciones

★☆☆ Fácil



Ingredientes

- 1 plátano congelado
- ½ taza de frambuesa
- ½ taza de media crema o crema para batir
- 1 taza de leche fría
- 1 cucharadita de vainilla
- 2 Sobres de Svetia®
- Frambuesas para decorar

Preparación

1 Licuar todos los ingredientes hasta tener una consistencia espesa pero fluida.

2 Sirve en vasos previamente enfriados, decorados con frambuesas machacadas al fondo para lograr un efecto.



Tip culinario:

Cambia la media crema por yogurt natural para una alternativa más ligera.

Margaritas de San Valentín

🕒 25 min

👥 2 Porciones

★★★ Intermedio



Ingredientes

Escarcha de jamaica:

¼ taza de flores de jamaica

1 cucharadita de sal

Chile en polvo al gusto

Margarita de jamaica:

2 Cucharadas de Jarabe Princesa®

Sabor Jamaica

1 taza de hielo

Jugo de 1 limón

Extra Jarabe Princesa para escarchar la copa

Preparación

1

Para la escarcha de Jamaica colocar las flores de Jamaica en el microondas por dos minutos o hasta que queden completamente secas y se pueden romper fácilmente.

2

Licuarlas con sal y chile al gusto reservar.

3

Para las margaritas poner a enfriar las copas previamente en el congelador.

4

Colocar en la licuadora todos los ingredientes y licuar hasta tener una textura tersa.

5

Escarchar las copas, barnizando con una brocha o con los dedos un poco de Jarabe Princesa en el borde de la copa y pasándolo después por la escarcha de Jamaica.

6

Servir la Margarita inmediatamente.



Tip culinario:

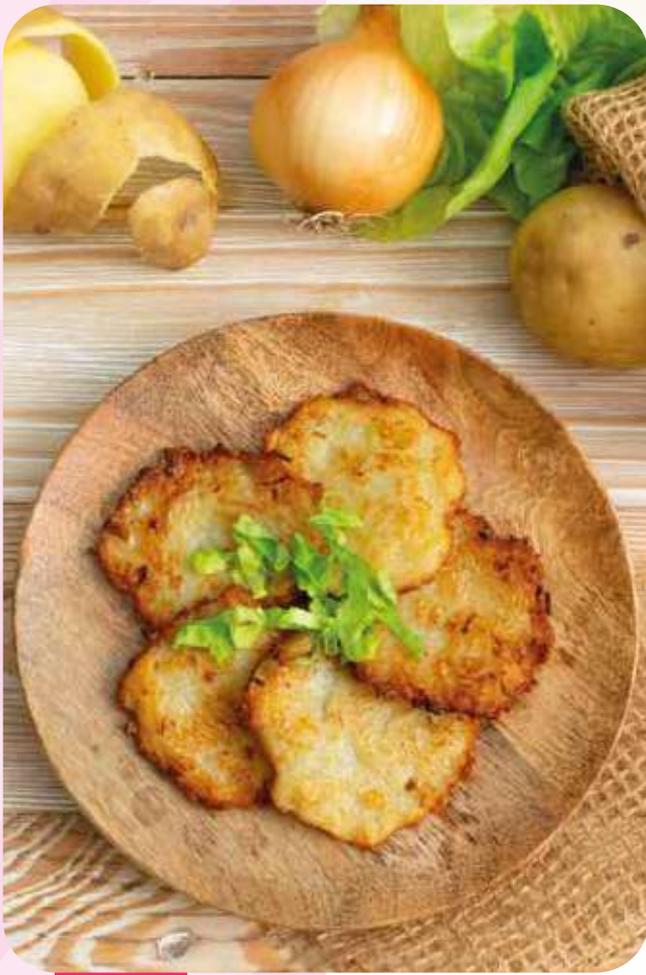
Para preparar varias margaritas en adelantado se puede preparar la mezcla de Margarita y congelar en cubitos de hielo para sólo licuarlo justo antes de servir.

Crepas de papa

🕒 45 min

👥 8 Porciones

★★★ Intermedio



Ingredientes

1 taza de hojuelas de Puré de papa Pronto®

2 Huevos

1 ½ taza de leche

½ cucharadita de sal

1 cucharada de mantequilla derretida

Pimienta al gusto

Relleno:

Jamón y queso al gusto
Salsa de tomate al gusto

Preparación

1 Para preparar las crepas licuar todos los ingredientes hasta obtener una mezcla sin grumos.

2 Cocinar la mezcla en un sartén con antiadherente colocando un poco de la mezcla en el centro del sartén previamente engrasado y haciendo movimientos circulares con el sartén de manera que la mezcla se distribuya en toda la superficie. Es importante que el sartén esté tibio, no demasiado caliente.

3 Repetir la operación hasta que se acaben las crepas.

4 Rellenar las crepas con jamón y queso y doblarlas a la mitad y de nuevo a la mitad de manera que quede una forma triangular.

5 Con ayuda de un plato o vaso recortar el excedente de la orilla redonda para perfeccionar la forma; de manera que al poner dos crepas juntas formen un corazón.

6 Servir las crepas sobre un poco de salsa roja.



Tip culinario:

Se pueden hacer en tamaño pequeño para acomodar varios corazones de crepas en un platón.

Flan de fresa

🕒 Preparación: 25 minutos Reposo: 3 Horas

🍷 8 Porciones

★ ★ ★ Dificil



Ingredientes

1 caja de Flan sabor vainilla Pronto®

3 tazas de leche

1 taza de fresas

Para servir:

Crema batida

Fresas frescas

Preparación

1 Licuar la leche con las fresas hasta no retener grumos.

2 Colar y preparar con esa leche el flan sabor vainilla Pronto® siguiendo las indicaciones de la caja.

3 Servir con fresas cortadas a la mitad por lo largo, retirándoles el centro con un cuchillo, formando un corazón.



Tip culinario:

La receta se puede replicar con frambuesas y se puede servir con una crema de fresas licuadas y cocidas con Pronto Condensada® en vez de caramelo.

Limonada de fresa

🕒 15 minutos

🌸 8 Porciones

★☆☆ Fácil



Ingredientes

1 taza de fresas
Jugo y ralladura de 8 limones
2 litros de agua
8 Sobres de Svetia® Sucralosa con Vitaminas

Para servir:

Hielo y hojas de menta

Preparación

1

Colocar en la licuadora fresas, ralladura de limón y un poco del agua.

2

Licuar hasta que no hayan grumos y de quererlo, colar.

3

Añadir en una jarra el jugo de limón, ralladura de limón, Svetia® Sucralosa con Vitaminas y la preparación anterior.

4

Remover justo antes de servir.

5

Servir frío.



Tip culinario:

Llenar la jarra $\frac{1}{3}$ parte de su capacidad y colocarla en el congelador, en un ángulo inclinado y dejarlo para que se congele. Una vez transcurrido el tiempo, llenar la jarra con el resto de la limonada y servir. Así durará más tiempo fría.

Jugo verde de manzana y jengibre

🕒 10 minutos

🌸 1 Porción

★☆☆ Fácil



Ingredientes

- 1 manzana verde
- 1 rama de apio
- ¼ de pepino
- 4 hojas de espinaca
- 1 cucharada de raíz de jengibre
- Agua de coco al gusto
- 1 Sobre de Svetia® Sucralosa con Vitaminas

Preparación

1

Licuar todos los ingredientes hasta integrar y beber de inmediato sin colar.



Tip culinario:

Se pueden dejar preparadas bolsas de plástico en el congelador los los ingredientes picados y medidos, hasta por dos semanas para prepararlo más rápido en la mañana.

Frappé de coco y mocha

🕒 10 minutos

🌸 1 Porción

★☆☆ Fácil



Ingredientes

- 1 taza de leche de coco
- 1 cucharadita de cocoa
- 1 cucharadita de vainilla
- Café instantáneo al gusto
- 3 cucharadas de coco rallado seco
- 1 Sobre de Svetia® Sucralosa con Vitaminas

Preparación

1

Licuar todos los ingredientes hasta integrar.

2

Escarchar un vaso con chocolate derretido y coco.

3

Servir frío.



Avena reposada de plátano y avena

🕒 10 minutos

🌸 4 Porciones

★☆☆ FÁCIL



Ingredientes

- 1 ½ tazas de avena instantánea
- 2 plátanos
- 2 cucharadas de linaza
- 2 taza de leche de almendra
- ½ taza de almendras fileteadas
- 3 sobres de Svetia® Sucralosa con Vitaminas

Preparación

1

Tostar ligeramente la avena instantánea en un sartén sin grasa a fuego medio; removiendo constantemente hasta que se dore un poco.

2

Pasar la avena a un refractario o contenedor y repetir el mismo paso con las almendras.

3

Mezclar todos los ingredientes, reservando un poco de almendras para decorar, en un refractario o contenedor.

4

Mezclar con un tenedor hasta deshacer el plátano.

5

Reposar toda la noche o al menos 3 horas, hasta que espese. Decorar y servir frío.



Gomitas de cítricos

🕒 *Preparación: 20 minutos de preparación y 20 de reposo*

🌸 *Porciones: depende del tamaño* ⭐⭐☆ *Intermedio*



Ingredientes

3 naranjas
Jugo de 2 limones
2 sobres de grenetina K'nox®
2 Sobres de Svetia® Sucralosa
con Vitaminas

Preparación

- 1 Con un rallador fino rallar la parte amarilla de la cáscara de las naranjas.
- 2 Con ayuda de un cuchillo retirar toda la parte blanca de la cáscara.
- 3 Licuar la pulpa restante con jugo de limón.
- 4 Cocinar esta preparación en una olla pequeña, a fuego medio removiendo, constantemente hasta que comience a espesarse.
- 5 Mientras cubrir la grenetina K'nox® con agua y esperar a que se hidrate.
- 6 Añadir la grenetina hidratada a la mezcla caliente de cítricos y remover hasta que se derrita.
- 7 Esperar a que se enfríe un poco y añadir Svetia® Sucralosa con Vitaminas a la mezcla.
- 8 Colocar la preparación en un refractario previamente engrasado o en moldes para gomitas.
- 9 Refrigerador hasta que cuaje.



Vinagreta de mango y chipotle

🕒 20 minutos

🍷 Porciones: 1 taza

★☆☆ FÁCIL



Ingredientes

Pulpa de 1 mango
1 cucharada de vinagre
1/3 taza de aceite de oliva
Chile chipotle adobado al gusto
Una cucharadita de orégano
Sal y pimienta al gusto
1 sobre de Svetia® Sucralosa con Vitaminas.

Preparación

1

Licuar todos los ingredientes hasta integrar.

2

De querer una consistencia más líquida añadir agua necesaria.



Tip culinario:

Este aderezo es ideal para una ensalada con queso Cotija o cualquier otro queso salado.



chef **Valeria Bonilla.**