

12 recetas refrescantes

COCINANDO PARA MIS CACHORRITOS



*Cocinando para mis
cachorritos*



Cheesecake de limón en vasitos

Ingredientes

500 g. de queso mascarpone,
300 g. de leche condensada ,
2 limones (ralladura y zumo),

Para la base: 10 galletas tipo maría y 2 cucharadas de
mantequilla,

Para decorar: crocanti de almendras.

Elaboración

Tritura las galletas con la mantequilla para hacer a base.
Tritura el resto de los ingredientes y viértelos en los vasitos.

Deja enfriar en la nevera al menos 4 horas.





Intxaursaltsa



Ingredientes

100 g. de nueces peladas,
75 g. de sirope de arroz,
(puedes usar azúcar blanquilla normal)
250 g. de bebida vegetal de avena,
1/2 cucharadita de canela en polvo.

Elaboración

Tritura las nueces hasta dejarlas en forma de harina muy fina.

Pon todos los ingredientes al fuego en un cazo y lleva a ebullición.

Deja cocer a fuego bajo durante 10 minutos sin dejar de remover.

Puedes pasar la batidora después si quieres una crema más fina.



PARA MÁS DETALLES Y RECETAS VISITA
[HTTPS://COCINANDOPARAMISCACHORRITOS.COM/](https://cocinandoparamiscachorritos.com/)





Mousse de queso

Ingredientes

250 mg. de queso crema

1 yogur griego

50 g. de azúcar glass

3 claras de huevo

Galletas para la base y frutas para la decoración.

Elaboración

Tritura las galletas con la mantequilla para hacer a base.

Monta las claras bien firmes junto con el azúcar glass.

Mezcla el queso con el yogur y añádelo a las claras.

Vierte en las copas y deja enfriar.

Sirve con la fruta como decoración.





Horchata



Ingredientes

250 gr. de chufas (peso en seco)

120 gr. de azúcar blanquilla.

1 litro de agua.

Elaboración

Lava las chufas y déjalas en remojo durante 24 horas.

Escurre las chufas y tritúralas con un procesador de alimentos potente hasta pulverizar.

Añade el agua y deja reposar 2 o 3 horas en el frigorífico.

Cuela la horchata usando un colador bien fino o con una gasa.

Añade azúcar o sirope de arroz al gusto.



PARA MÁS DETALLES Y RECETAS VISITA
[HTTPS://COCINANDOPARAMISCACHORRITOS.COM/](https://cocinandoparamiscachorritos.com/)





Panna cotta de fresas

Ingredientes

200 ml. de nata líquida
250 gr. de fresas
90 gr. de azúcar
2 gr. de agar agar.

Elaboración

Tritura las fresas y cuela el puré para eliminar las semillas.
Mezcla con el resto de los ingredientes y cuece durante 7 minutos.

Deja enfriar para que el agar agar realice su función espesante.





Crema de limón



Ingredientes

3 limones.

4 yogures naturales -sin azúcar-

740 ml de leche condensada -una lata grande-

Elaboración

Lava los limones. Saca la ralladura y el zumo.

Mezcla todos los ingredientes, con la batidora hasta obtener una crema homogénea y fina.

Sirve muy frío.





Helado de yogur y frutos rojos



Ingredientes

- 1 yogur griego
- 250 g. de frutos rojos congelados
- 100 g. de sirope de arroz.

Elaboración

Tritura todos los ingredientes en un procesador de alimentos potente y sírvelo en tarrina o en cucurucho.



y frambuesas



Batido de plátano y frambuesas



Ingredientes

2 o 3 plátanos bien maduros.

2 puñados de frambuesas.

1/2 vaso de bebida vegetal de avena,

1 o 2 cucharaditas de sirope de arroz.

Elaboración

Tritura todos los ingredientes en un procesador de alimentos o con una batidora.





Sándwich de tortilla y calabacín

Ingredientes

- 2 rebanadas de pan.
- 2 huevos.
- 1/2 calabacín pequeño
- 2 lonchas de queso
- Unas gotas de aceite de oliva

Elaboración

- Lavs bien el calabacín y corta 5 o 6 lonchas muy finas.
- Con los huevos haz zuna tortilla a la francesa.
- Coloca el queso, las lonchas de calabacín y la tortilla entre el pan y tuesta.





Quiche de tomatitos cherry

Ingredientes

una lámina de masa quebrada

una tarrina de queso crema

3 huevos

250 ml. de leche

1/2 cucharadita de sal

300 gr. de tomates cherry

1 sobre de queso rallado

Elaboración

Forra un molde de quiche con la lámina de masa quebrada y hornea hasta que esté dorada.

Lava bien los tomates cherry y retira la hoja.

Tritura el queso, la leche, los huevos, la sal y 6 o 7 tomates cherry.

Abre el resto de los tomatitos a la mitad.

Cuando la masa esté dorada, sácala del horno y vierte la crema de queso, decora con los tomates cherry abiertos y espolvorea con queso rallado.

Hornea durante 30 minutos





Tabbouleh

Ingredientes

1/2 vaso de cuscús

1/2 vaso de agua

1 tomate

1/4 de puerro o cebolla

un ramillete pequeño de hojas de hierbabuena fresca

sal

aceite de oliva

Elaboración

Hidrata el cuscús.

Pica el resto de los ingredientes en trozos pequeños.

Mezcla todo y aliña con el aceite de oliva





Bombones de salmorejo

Ingredientes

1/2 litro de salmorejo.

2 g. de agar agar en polvo.

Para decorar: huevo cocido picado bien finito y taquitos pequeños de jamón serrano.

Elaboración

Pon el salmorejo al fuego. Cuando empiece a hervir, añade el agar agar y deja cocer durante 5 minutos.

Rellena los moldes de silicona y reserva en el frigorífico hasta que cuajen (unas 2 horas)

Desmolda y sirve bien frío decorado con el huevo cocido y el jamón picados.

