

HELADO DE CHOCOLATE

¡Sin lácteos!

Exquisito helado vegano de chocolate, el cual, estamos seguros que te va a encantar.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 1 Litro aproximadamente

- 1/3 taza de cocoa
- 400ml. de leche condensada vegana
- 2 tazas crema vegana

Modo de preparación

un bowl bien frío agregamos 400 mililitros de leche condensada vegana y 1/3 de taza de cocoa tamizada. Mezclamos bien.

un recipiente aparte batimos bien 2 tazas de crema vegana y le agregamos la mezcla de la cocoa. Mezclamos bien hasta que se incorporen todos los ingredientes.

la mezcla al congelador toda una noche.

otro día sacamos el helado del congelador y hacemos las bolas de preferencia con cuchara para helado.

.

VER RECETA

HOTCAKES

¡Sin lácteos y sin huevo!

Se le conoce con el nombre de pancakes o hotcakes.

Ahora los tenemos en versión deliciosamente vegana (sin lácteos, mantequilla, ni huevo)

¡Esponjosos, suaves y muy sabrosos!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 6 Hotcakes

- 4 cucharadas de aceite vegetal
- pizca de sal
- 2 tazas de harina de trigo
- 1 y 1/2 tazas de leche vegetal
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 2 cucharadas de azúcar

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

un bowl cernimos 2 tazas de harina de trigo, una cucharadita de polvo para hornear, una cucharadita de bicarbonato de sodio y $\frac{1}{4}$ de cucharadita de sal. Mezclamos los ingredientes.

poco a poco 1 y $\frac{1}{2}$ tazas de leche vegetal (De su preferencia). Mezclando constantemente con un mezclador de globo, mientras agregamos la leche vegetal. Cuando se deshagan todos los grumos, agregamos 4 cucharaditas de aceite vegetal o de

mantequilla vegana y 2 cucharadas de azúcar mascabado o su equivalente a azúcar de fruto del monje, o el endulzante de su preferencia. Integramos bien los ingredientes.

una sartén bien caliente, untamos un poco de aceite vegetal y agregamos un cucharón de la mezcla y esperamos a que salgan burbujas. Cuando estén medio secas las orillas, volteamos el hotcake. Dejamos que se cocine por el otro lado y retiramos a un plato. Así hacemos con toda la mezcla.

.

VER RECETA

Gracias Ale Cuéllar por cocinar nuestra receta de Queso de Papa ¡Se ve delicioso!

Agradeciendo a nuestros suscriptores por tomarse el tiempo de cocinar nuestras recetas y enviarnos la imagen.

¡GRACIAS ALE CUÉLLAR!

Por cocinar esta rica receta de Queso de Papa.

¡Te quedó súper!

SI QUIREN HACER ESTE DELICIOSO QUESO DE PAPA, LES COMPARTIMOS EL VIDEO.

VER RECETA

ESQUITES

Elaborar estos tradicionales esquites (granos de maíz) de forma clásica. Una botana simplemente deliciosa.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- Cebolla
- 1 diente de ajo
- 2 chiles serranos
- Epazote
- Sal
- Pimienta en polvo
- Aceite vegetal
- 5 elotes

Modo de preparación

una sartén grande o una cacerola ya caliente, vertemos un poco de aceite vegetal. Agregamos $\frac{1}{2}$ de cebolla finamente picada y sofreímos por 30 segundos. Agregamos un diente de ajo finamente picado y mezclamos por 30 segundos. Agregamos 2 chiles serranos sin semillas y finamente picados (El chile es opcional) y movemos por 30 segundos.

los granos de 5 elotes grandes y movemos por 5 minutos, cuidando que no se peguen.

una cucharadita de sal y un poco de pimienta en polvo.

Mezclamos bien. Agregamos agua a cubrir y un ramo de epazote picado. Probamos de sal y agregamos al gusto.

a flama media baja y tapamos. Dejamos hervir durante 10 minutos. Quitamos la tapa y dejamos que hiervan 5 minutos más. Apagamos el fuego.

en una taza, agregamos mayonesa vegana, queso vegano desmoronado, jugo de limón y chile piquín en polvo.

.

NOTA: Todas las verduras deben de estar previamente lavadas y desinfectadas.

Ver video