

¡Disfruta de nuestras Duplorejetas!

Bizcocho de cacao y fruta seca

150 gramo/s Harina de trigo • 60 mililitro/s (1g) Aceite de oliva
 60 gramo/s Azúcar de caña • 2 cucharadita/s Levadura
 3 cucharada/s (15gr) Cacao en polvo • 5 cucharada/s (15gr) Blevit plus Cola Cao
 1 cucharadita/s Ralladura de naranja • 1/2 pieza/s Yogur natural (125 grs/pieza)
 4 Fresones(80gr), 1 manzana(200gr), 1 plátano(160gr) y 3 huevos(165gr)



Precalienta el horno a 180°C. Bate los huevos con el azúcar con la batidora hasta montarlos. Incorpora el aceite y el yogur. Mézclalo bien. Agrega la harina, la levadura, el cacao, el Blevit plus Cola Cao y la ralladura, hasta lograr una masa homogénea. Pela y corta la fruta a trocitos y resérvala. Añade la mitad de la masa en un molde engrasado. Cubre la masa con la fruta troceada y acaba con otra capa de masa de bizcocho. Hornéalo a 180°C durante 30 o 40 minutos.

Copa 2 colores

2 cucharada/s (15gr) Blevit plus • Superfibra 8 Cereales
 1 pieza/s Pera (150 grs/pieza) • 60 mililitro/s (1g) Zumo de naranja
 1 pieza/s Yogur natural (125 grs/pieza) • 6 pieza/s Albaricoques secos (10 grs/pieza)
 2 cucharada/s (15gr) Blevit plus Superfibra 8 Cereales

Para hacer la mermelada: Mete en el microondas los orejones con la pera durante un minuto y medio a máxima potencia. Añade a la mezcla anterior el zumo de naranja y las 2 cucharadas de cereal Blevit plus Superfibra 8 cereales. Tritúralo todo hasta que quede la consistencia de una mermelada. Pon en un cuenco el yogur y encima la mermelada o al revés.



Helado de leche y galletas

1 pieza/s Yogur natural (125 grs/pieza) • 1 cucharada/s (15gr) Blevit plus
 8 Cereales con Miel • 5 Cacito/s Blemil plus 2 Forte

Verte un yogur natural en un bol y moverlo bien. Añade el Blevit plus 8 Cereales con Miel y el Blemil plus 2 forte. Mézclalo todo bien para que quede homogéneo. Mete en el congelador en un molde individual un mínimo de 12 horas. Pasadas esas 12 horas ya está listo para tomar. con la fruta encima. Puedes acompañar el plato con frutos secos. Y ya lo tienes. ¡Fácil, sano y delicioso!



¡Disfruta de nuestras Duplorejetas!

Natillas de horchata

2 pieza/s Yema de huevo (20 grs/pieza) • 500 mililitro/s Horchata de Chufa
 2 cucharada/s (9gr) Maizena • 2 cucharada/s (9gr) Azúcar blanco
 2 cucharada/s (9gr) Blemil plus 2 forte ó Blemil plus 3 crecimiento
 2 cucharada/s (9gr) Blevit plus Duplo 8 Cereales con Miel y Galletas María

Bate todos los ingredientes excepto el Blevit Plus Duplo hasta que queden bien mezclados. Introduce la mezcla en el microondas a máxima potencia durante 2 minutos, retíralo y remueve enérgicamente. Vuelve a introducirlo 2 minutos más, vuelve a batir y repite la acción una vez más. Deja enfriar y añade el Blevit plus Duplo 8 Cereales con Miel y Galletas María.

Resérvalo en la nevera y sírvelo frío. ¡Es un postre ideal para fiestas!



Galletas de avellana

1 Huevo (55 grs/pieza) • 100 g de avellanas • 40 gramos Azúcar moreno
 2 cucharadas de postre (15gr) Blevit plus Duplo 8 cereales al estilo bizcocho

Tritura las avellanas, y mézclalas con el azúcar, el huevo y el Blevit plus Duplo 8 cereales al estilo bizcocho. Mientras va precalentando el horno a 200°C. En una bandeja de horno y sobre un papel vegetal, añade la masa utilizando moldes con formas (muñecos de nieve, abetos, animales...). Introduce en el horno durante 3 ó 4 minutos y listas para comer.

En un recipiente hermético, pueden durar varios días sin que se pierdan sus propiedades organolépticas.



Pudding de naranja

3 Cacito/s Blemil plus 2 forte/Blemil plus 3 crecimiento • 1 taza/s de café Agua
 1 pieza/s Huevo (55 grs/pieza) • 1 pizca/s Canela • 1 rebanada/s Pan de molde
 1 pieza/s Ralladura de naranja (5 grs/pieza) • 1 cucharada/s (24gr) Azúcar blanco
 2 cucharada/s (15gr) Blevit plus Multicereales con frutos secos, miel y frutas

Calienta el agua con la ralladura de naranja, la rama de canela y el azúcar. Cuando esté caliente, retira la naranja y la rama de canela. Añade los 3 cacitos de Blemil plus 2 forte/Blemil plus 3 crecimiento y remueve. Deshace el pan con un tenedor y añádelo junto con el huevo batido a la mezcla anterior. Carameliza el fondo de un molde y sobre éste vuelca la masa del pudding.

Mételo en el horno a 200°C al baño María sobre unos 15 minutos. Espera a que se enfríe, desmolda y sirve.



¡Disfruta de nuestras Duplorejetas!

Bizcocho al estilo de la abuela

80 g de harina • 70 g de azúcar • 40 g de harina de maíz o maicena
3 huevos a temperatura ambiente • Mantequilla y ralladura de naranja

Bate los huevos y el azúcar hasta conseguir una mezcla consistente.
En un bol aparte, mezcla la harina con la maicena y tamízalas con la ayuda de un colador.

Mézlalo todo de forma muy suave, para que no baje la consistencia. Añade la ralladura de naranja.
Engrasa un recipiente para horno con mantequilla y echa la mezcla.

Meter en el horno precalentado a 170° durante 10 minutos. Bajar a 130° y dejar otros 15 minutos más.

Cuando esté listo, sácalo y déjalo enfriar. Ya solo queda sacarlo del molde y disfrutar de tu delicioso bizcocho.



Natillas caseras

4 yemas de huevo • 4 cucharadas de azúcar • 1 cucharada de azúcar de vainilla
1 rama de canela • Piel de limón • Medio litro de leche • 1 cucharada de maicena
Canela molida

Pon a hervir la leche con la piel del limón y la rama de canela.
Déjalo enfriar para que coja todo el aroma.

En un bol, mezcla el azúcar, la maicena, el azúcar de vainilla y las yemas de huevo. Añade la leche. Mézlalo todo y ponlo en el fuego durante unos 10 minutos, removiendo a menudo hasta conseguir una crema suave.

Pon la crema en platitos y espolvorea un poco de canela molida. Enfríalo en la nevera. ¡Riquísimo!



Postre de queso fresco con frutas

180 g de queso fresco • 1-2 kiwis • 1-2 rodajas de piña • 2 higos • miel

Corta el queso fresco en lonchas cuadradas no muy finas.
Pela y corta la fruta en rodajas. Será mucho más sabroso si la fruta está bien madura.

Coloca un poco de cada fruta sobre el queso. Decora el plato con unos cuantos hilos de miel y coloca el queso con la fruta encima. Puedes acompañar el plato con frutos secos. Y ya lo tienes. ¡Fácil, sano y delicioso!

