

RECETARIO

foodiemix

Prepara diferentes
recetas con tus mixes



Índice de recetas

1. Hotcakes Rellenos
2. Banana Hotcakes Bites
3. Waffle con helado de fruta
4. Hotcakes con blueberry y limón
5. Spaguetti de hotcakes
6. Hotcakes Hulk
7. Crepas con manzana
8. Bolitas de brownie
9. Cosmic Brownie
10. Chesseecake Brownies
11. Cupcakes de zanahoria
12. Panqué de plátano
13. Pastel de Churro
14. Pastel de 3 leches
15. Pastel de elote con cajeta
16. Sandwich de galletas
17. Galletas de mazapán
18. Waffle de Galleta
19. Galletas con chocolate blanco y arándanos



HOTCAKES RELLENOS

con crema de avellana

INGREDIENTES:

- 1 taza de mix para hotcakes
- 200 g de crema de avellanas con cacao
- 2 huevos
- Aceite de coco o mantequilla para engrasar el sartén
- 1/2 taza de leche o leche vegetal
- 1 cdita de extracto de vainilla

PROCEDIMIENTO:

En un papel encerado coloca crema de avellanas formando círculos de 3 cm, congela por 1 hora

Sigue las instrucciones del empaque mezclando: 1 taza de mix de hotcakes, 2 huevos, 1/2 taza de leche y 1 cdita de extracto de vainilla

Engrasa un sartén y calienta a fuego medio, agrega 1/4 taza de mezcla, cuando comiencen a salir burbujas coloca el círculo congelado de crema de avellana cacao

Cubre con un poco más de mezcla de hotcakes y espera que se cocinen para poder voltear



BANANA HOTCAKES BITES

desayuno o lunch divertido

INGREDIENTES:

- 2 plátanos
- 1 taza de mix de hotcakes
- 2 huevos
- 1/2 taza de leche o leche vegetal
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 cucharadita de aceite o mantequilla para engrasar
- canela para espolvorear

PROCEDIMIENTO:

- Corta el plátano en rebanadas
- Prepara la taza de mix de hotcakes siguiendo las instrucciones del empaque
- Sumerge cada rebanada de plátano dentro de la masa preparada
- En un sartén caliente y engrasado dora cada una de las rebanadas por ambos lados
- Espolvorea Canela para servir



WAFFLE CON HELADO DE FRUTA

cena favorita de los niños

INGREDIENTES:

- 1 taza de mix
- 2 huevos
- 1/2 taza de leche o leche vegetal
- 1 cdita de extracto de vainilla
- 1 cucharada de aceite de coco derretido
- 1 taza de fresa congelada
- 2 plátanos congelados
- 1/2 taza de yogurt griego congelado en cubos
- blueberry y coco rallado para decorar

PROCEDIMIENTO:

- Prepara tu mix para waffles mezclando tu mix, huevos, leche, vainilla y aceite de coco
- Engrasa tu wafflera
- Coloca la mezcla procurando que no se caiga de la wafflera
- Cierra y espera que se cocine por completo antes de abrir
- Abre una vez que se vea dorado
- Licua las fresas y plátanos congelados con yogurt griego por 1 minuto moviendo y raspando las orillas de la licuadora para incorporar por completo
- Sirve el waffle con el helado encima, y decora con blueberry y coco rallado



HOTCAKES CON BLUEBERRY Y LIMÓN

Altamente recomendados

INGREDIENTES:

- 1 taza de mix de hotcakes
- 2 huevos
- 1 cucharadita de vainilla
- 1/2 taza de leche de almendra
- ralladura de 1 limón amarillo
- 1 taza de blueberry
- jugo de 1 limón
- mantequilla para engrasar

PROCEDIMIENTO:

- Calienta un sartén a fuego medio
- En un bowl bate los huevos para que esponjen
- Añade en forma envolvente tu mix de hotcakes, leche y vainilla
- Por ultimo incorpora el jugo de limón, ralladura y los blueberry
- Engrasa el sartén con ghee o mantequilla
- agrega 1/4 de taza de tu mezcla por cada hotcake y espera que se cocine
- Una vez doradas las orillas voltea
- Sirve con un poco de miel maple



SPAGUETTI DE HOTCAKES

DESAYUNO COMPLETO

INGREDIENTES:

- 1 taza de mix de hotcakes
- 2 huevos
- 1/2 taza de leche o leche vegetal
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 cucharadita de aceite o mantequilla para engrasar
- Frutos rojos y yogurt griego
- Crema de almendras

PROCEDIMIENTO:

- En un bowl prepara tu mix de hotcakes siguiendo las instrucciones del empaque
- Mete la mezcla en un frasco con punta fina
- Engrasa un sartén caliente con aceite o mantequilla
- Con el frasco ve formando líneas en el sartén en forma espiral
- Una vez cocidos dales la vuelta
- Sirve en un plato hondo y acompaña con yogurt griego y frutos rojos
- También puedes añadir crema de almendras



HOTCAKES HULK

con proteína

INGREDIENTES:

- 1 taza de mix de hotcakes
- 1/2 taza de leche
- 2 huevos
- 1 cdita de vainilla
- 1 puño de espinacas
- 1 scoop de proteína vegana (opcional)

PROCEDIMIENTO:

- Coloca todos los ingredientes en una licuadora y licua por 50 segundos
- En un sartén engrasado con aceite de coco agrega 1/4 taza de la mezcla
- Voltea una vez que salgan burbujas



CREPAS CON MANZANA

nutritivas y deliciosas

INGREDIENTES:

- 1 taza de mix de hotcakes y waffles
- 2 huevos
- 3/4 taza de leche de almendra
- 1 cucharadita de vainilla

Para el relleno

- 4 manzanas verdes partidas en cubos pequeños
- 1 cucharada de canela
- 2 cucharadas de ghee o mantequilla
- Pizca de sal

PROCEDIMIENTO:

- En un bowl mezcla el mix para hotcakes, 2 huevos, vainilla y leche de almendra
- Revuelve bien y deja reposar por 5 minutos, mientras prepara el relleno de manzana
- Añade el ghee o mantequilla en un sartén agrega las manzanas con canela y sal
- A fuego medio mueve ocasionalmente las manzanas para suavizar y caramelizar
- En un sartén engrasado agrega 1 taza de tu masa para hotcakes ya preparada y mueve el sartén en movimientos circulares para expandir esta y que cubra toda la superficie del sartén
- Una vez que se vean las orillas que se desprenden voltea y luego pasa a un plato
- Mientras preparas el resto de tu mezcla tapa tus crepas con un trapo para que no se resequen
- Sirve rellenando de manzana calentita

tip: puedes preparar tus crepas con anticipación y guardar en una bolsa ziploc en el refrigerador hasta por 5 días



BOLITAS DE BROWNIE

altas en proteína

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de brownie
- 1 taza de yogurt griego
- 1/2 taza de aceite de coco o mantequilla derretida
- 1 huevo

PROCEDIMIENTO:

- Precalienta el horno a 180°
- En un bowl mezcla el mix para brownie con el resto de los ingredientes
- Revuelve bien y deja reposar por 5 minutos
- Con tus manos engrasadas forma bolitas
- Coloca en una charola con papel para hornear o tapete de silicon
- Mete el refrigerador 15 minutos
- Hornea a 180° por 15 minutos
- Espera que se enfríen
- Calienta 1/2 taza de chocolate a baño maría y decora con este cada bolita de brownie con ayuda de una cuchara



COSMIC BROWNIE

veganos y coloridos

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de brownies
- 4 cucharadas de linaza molida
- 12 cucharadas de agua fría
- 1/4 taza de leche de almendra
- 1/2 taza de aceite de coco
- 1/2 taza de chocolate 70% cacao
- 1/4 taza de leche de coco de lata espesa
- Chispas de colores

PROCEDIMIENTO:

- Precalienta el horno a 180°
- En un bowl coloca la linaza con el agua y revuelve bien, deja reposar 15 minutos hasta que tome una consistencia viscosa
- Mezcla tu mix de brownies con la linaza hidratada, leche y aceite de coco
- Coloca en un molde cuadrado que quede una altura de 3 cm
- Hornea a 180° por 20 min
- Mientras, derrite el chocolate a baño maría y una vez derretido incorpora la leche de coco a temperatura ambiente
- Una vez que se enfríe el brownie decora con tu chocolate por encima
- Espolvorea las chispas de colores

CHESECAKE BROWNIES

el postre espectacular



INGREDIENTES:

- 1 paquete de brownie
- 4 huevos
- 1/2 taza de mantequilla
- 1/4 taza de leche de almendra

Para el cheesecake

- 200 g de queso crema
- 1/2 taza de crema
- 2 huevos
- 1/3 taza de azúcar de coco
- 1 cdita de vainilla
- 1 cda de maicena

PROCEDIMIENTO:

- En un bowl mezcla el mix para brownie con los huevos, mantequilla y leche de almendra
- Revuelve bien y deja reposar por 5 minutos, mientras precalienta el horno a 180°
- coloca en un molde cuadrado de 30 x 30 cm y guarda 1/4 de taza de la mezcla ya preparada
- En una licuadora mezcla todos los ingredientes del cheesecake
- Vierte la mezcla del chessecake sobre el brownie
- coloca la mezcla de brownie sobrante deshecha con tus manos sobre el chessecake y revuelve con una cuchara para dar una apariencia de marmoleado
- Hornea por 20-25 minutos a 180°
- Saca del horno y deja enfriar un rato en el refrigerador
- Corta en cuadros



CUPCAKES DE ZANAHORIA

vegano

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de vainilla
- 4 huevos
- 3/4 taza de leche de almendra
- 1/4 taza de mantequilla o aceite de coco
- 1 1/2 taza de zanahoria rallada

Para el betún

- 1 barra de queso crema
- 4 cucharadas de yogurt griego
- 4 cucharadas de azúcar de coco
- 1 cucharadita de canela
- 1 cucharadita de vainilla

PROCEDIMIENTO:

- Precalienta el horno a 180° c
- En un bowl mezcla el mix para pastel con todos los ingredientes y por ultimo incorpora la zanahoria rallada
- Coloca capacillos en moldes para cupcakes
- Rellena con la mezcla hasta 3/4 de cada molde
- Hornea por 17 minutos
- Mientras prepara el betún batiendo los ingredientes hasta tener una mezcla sin grumos
- Coloca en una dupla y decora los cupcakes una vez que se enfríen



PANQUÉ DE PLÁTANO

sin aceite

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de pastel de vainilla
- 4 huevos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 2 plátanos maduros machacados
- 1 taza de leche de almendra
- 1 plátano para decorar
- Chispas de chocolate al gusto
- 1/2 taza de Nuez picada

PROCEDIMIENTO:

- Precalienta el horno a 180 grados centígrados
- Engrasa un molde para panqué con aceite de coco
- En un bowl bate los huevos, agrega la vainilla, leche y mix de vainilla
- añade los plátanos machacados y puedes agregar nueces picadas y chispas de chocolate
- Revuelve bien y llena tu molde
- Decora con un plátano por la mitad por encima
- Hornea por 25-30 minutos a 180 grados
- Espera que se enfríe para desmoldar
- Guarda por 5 días en el refrigerador o rebanado en el congelador hasta por 3 meses



PASTEL DE CHURRO

marmoleado

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de vainilla
- 4 huevos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 taza de leche de almendra
- 1/4 taza de aceite de coco
- 1 cucharada de canela en polvo
- 1 cucharada de cacao en polvo
- 4 cucharadas de crema de almendra
- 4 cucharadas de miel maple
- 4 cucharadas de leche de almendra

PROCEDIMIENTO:

- En un bowl mezcla el mix para pastel, huevos, leche, aceite de coco y vainilla
- Revuelve bien
- Divide la mezcla en dos bowls
- A la mitad de la mezcla agrega canela y cacao en polvo
- En un molde para panqué agrega primero la masa preparada solo con vainilla y ve añadiendo la mezcla con canela y cacao
- Con una pala ve formando espirales marmoleadas de ambas mezclas
- Hornea a 180 grados por 25 minutos
- Prepara el betún mezclando crema de almendra, miel maple y leche de almendra en una licuadora
- Decora tu panqué con betún por encima



PASTEL DE 3 LECHES

para cualquier festejo

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de vainilla
- 4 huevos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 taza de leche de almendra
- 1/4 taza de aceite de coco
- 1 taza de leche de alemendra
- 1 taza de leche de coco en lata
- 6 gotas de stevia o miel
- maple al gusto
- Crema batida
- Fresas

PROCEDIMIENTO:

- En un bowl mezcla el mix para pastel, huevos, leche, aceite de coco y vainilla
- Revuelve bien
- Coloca la mezcla en un refractario
- Hornea a 180° por 25 minutos
- Una vez que se enfríe pica el pastel para hacer hoyitos
- Mezcla la leche de almendra y leche de coco y endula con gotas de stevia o miel maple
- Ve agregando la leche sobre el pastel esperando que absorba la leche
- Guarda en el refrigerador para que quede bien frio
- Decora con crema batida y fresas



PASTEL DE ELOTE

con cajeta

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de pastel de vainilla
- 1 taza de grano de elote amarillo
- 4 huevos
- 1 cdita de extracto de vainilla
- 1 taza de leche de almendra
- 1/4 taza de mantequilla derretida

Para cubrir

- 300 g de cajeta sin azúcar
- 1/2 taza de leche

PROCEDIMIENTO:

- En una licuadora agrega el elote con la leche y procesa hasta que quede sin grumos
- Añade el mix de pastel de vainilla, los huevos, mantequilla y extracto de vainilla
- Vierte en un molde engrasado en forma de rosca y hornea a 180° por 25 minutos
- Mezcla la cajeta sin azúcar con la leche y vierte sobre el pastel tibio

SANDWICH DE GALLETAS

de chocochip



INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de galletas de chocochip
- 2 huevos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/2 taza de ghee o mantequilla
- 1/2 litro de helado de vainilla (puede ser helado sin azúcar y sin lácteos)

PROCEDIMIENTO:

- Prepara tu mix de galletas de chocochip siguiendo las instrucciones del empaque
- Forma galletas de 10 cm de ancho y coloca en una charola
- Mete por 30 minutos al congelador y de mientras precalienta el horno a 180°
- Lleva directo del congelador al horno y deja que se horneen por 10 minutos
- Una vez que se enfríen coloca una galleta, sirve una bola de helado y cierra con otra galleta

GALLETAS CON MAZAPAN

un toque extra de sabor!



INGREDIENTES:

- 1 bolsa de galletas de chocochip
- 2 huevos
- 1/2 taza de aceite de coco derretido
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 3 mazapanes sin azúcar

PROCEDIMIENTO:

- Prepara tus galletas de chocochip siguiendo las instrucciones del empaque
- Rompe los mazapanes en trocitos pequeños
- Incorpora el mazapan en tu masa de galletas y revuelve bien
- Hornea a 180° por 15 minutos



WAFFLE DE GALLETA

sin horno

INGREDIENTES:

- 1 Bolsa de galletas de chocochip
- 2 huevos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/2 taza de mantequilla derretida
- mantequilla para engrasar

PROCEDIMIENTO:

- Prepara tu mix de galletas de chocochip siguiendo las instrucciones del empaque
- Precalienta tu waflera y engrasa
- Coloca 1 cucharada de la masa de galletas
- Cierra y espera que se dore
- Continúa hasta terminar toda la masa
- Puedes utilizar para mandar de lunch o como un mini snack divertido



GALLETAS CON CHOCOLATE BLANCO

Y ARÁNDANOS

INGREDIENTES:

- 1 bolsa de mix de galletas de avena
- 1 huevo
- 3 cucharadas de mantequilla derretida
- 2 cucharadas de leche vegetal
- 1/2 taza de chispas de chocolate blanco sin azúcar
- 1/2 taza de arándanos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla

PROCEDIMIENTO:

- En un bowl mezcla el mix para Galletas de avena, huevo, mantequilla, leche y vainilla
- Revuelve bien y por último añade los arándanos y chispas de chocolate blanco
- Hornea a 180° por 15 minutos

tip: puedes preparar tus Galletas con anticipación y guardar en un tupper a temperatura ambiente hasta por 5 días