



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Mermelada de Fresa con Chia.

Tiempo de Preparación:	Descripción:		
------------------------	--------------	--	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
3	Cdas.	Semilla de chia.	
80	ml.	Agua.	
1/2	Kg.	Fresa madura.	
5	Pzas.	Hojas de menta.	

#	Preparación:
1	Hidratar la chía en 80 ml de agua y reservar.
2	Cortar las fresas y llevarlas a la estufa a fuego lento durante 20 minutos.
3	Agregar la chía y dejar hervir por 5 minutos más.
4	Envasar en caliente y hervir por 40 minutos.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Mermelada de Mango.

Tiempo de Preparación:	Descripción:		
------------------------	--------------	--	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1/2	Kg.	Mango maduro.	
1	Pizca.	Sal.	
		Jugo de limón.	
1	Raja.	Canela.	

#	Preparación:
1	Picar el mango y reservar.
2	Llevar a fuego medio la mitad del mango junto con la canela y hervir por 5 minutos.
3	Licuar el resto del mango con la pizca de sal y el jugo del limón.
4	Incorporar lo molido a la preparación en la lumbre y hervir por 5 minutos a fuego mínimo.
5	Envasar en caliente y esterilizar por 30 minutos

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Mermelada de arándanos y naranja.

Tiempo de Preparación:	Descripción:		
-------------------------------	---------------------	--	--

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
1	Tza.	Arándanos.	
		Jugo de 2 naranjas.	
1	Cda.	Grenetina sin sabor.	
1	Pza.	Anís de estrella.	
2	Pzas.	Clavos de olor.	

#	Preparación:
1	En los 20 ml de agua hidratar la grenetina y reservar.
2	Poner a fuego bajo los arándanos, la especia elegida y el jugo de la naranja.
3	Hervir durante 5 o 8 minutos y agregar la grenetina.
4	Continuar hirviendo durante 2 minutos sin dejar de mover y a su vez aplastar ligeramente con un prensa papas.
5	Envasar en caliente y esterilizar por 40 minutos.

Nota importante: La receta puede estar sujeta a cambios con el fin de mejorar los resultados y aprendizaje.