



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Bollitos / Bolillitos.

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

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
220	grs.	Harina de avena.	
100	grs.	Fécula de maíz.	
30	grs.	Harina de almendra.	
7	grs.	Levadura seca.	
10	grs.	Azúcar.	
6	grs.	Sal.	
1	Pza.	Huevo.	
25	grs.	Aceite.	
300	Ml..	Agua.	
	grs.	Relleno:	
50	grs.	Agua.	
50	grs.	Queso manchego.	

NOTA:

**RELLENO DE TU PRERENCIA,
PERO QUE SEA BASTANTE
ESPESO.**

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

#	Preparación:
1	Pesar y medir todos los ingredientes.
2	Mezclar los ingredientes secos: harina de avena, fécula de maíz, harina de almendra, levadura seca, azúcar y sal.
3	Incorporar los ingredientes líquidos: agregar el huevo y el aceite. Añadir poco a poco 280 ml de agua y comenzar a mezclar.
4	Ajustar la hidratación: si la masa se encuentra demasiado seca, agregar gradualmente el resto del agua hasta obtener una masa húmeda, homogénea y manejable.
5	Amasar hasta integrar completamente los ingredientes. La masa tendrá una textura diferente a una masa de trigo debido a que la avena y la fécula de maíz no desarrollan gluten.
6	Primera fermentación: colocar la masa en un recipiente ligeramente engrasado, cubrir y dejar reposar en un lugar cálido hasta que aumente aproximadamente al doble de su volumen.
7	Preparar el relleno: suavizar el queso crema y mezclarlo con el queso manchego previamente rallado.
8	Dividir la masa en porciones iguales.
9	Rellenar: aplanar ligeramente cada porción, colocar una cantidad de relleno en el centro y cerrar cuidadosamente.
10	Formar los bollitos mediante un boleado suave, procurando que el relleno quede completamente cubierto.
11	Colocar en charola previamente preparada con papel encerado, dejando espacio entre cada pieza.
12	Segunda fermentación: cubrir los bollitos y dejar reposar hasta que aumenten nuevamente de volumen.
13	Hornear: precalentar el horno a 180 °C y hornear durante aproximadamente 18–25 minutos, hasta que los bollitos estén ligeramente dorados.
14	Enfriar: retirar del horno y dejar reposar unos minutos antes de servir.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Panque de Manzana

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

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
100	grs.	Fécula de maíz	
60	grs.	Harina de almendra	
40	grs.	Harina de amaranto	
30	grs.	Cocoa	
8	grs.	Polvo para hornear	
2	grs.	Sal	
20	grs.	Aceite de coco	
40	grs.	Chocolate semiamargo	
100	grs.	Maple	
3	Pzas.	Huevo	
45	grs.	Leche	
5	grs.	Vainilla	

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



150	grs.	Manzana	
2	grs.	Canela	

#	Preparación:
1	Precalentar el horno a 180°C.
2	Engrasar y enharinar un molde para panqué.
3	Batir los huevos, la vainilla y el maple.
4	Incorporar leche y aceite de coco junto con el chocolate previamente derretido.
5	Tamizar secos.
6	Integrar los ingredientes secos a los húmedos en forma envolvente.
7	Pelar y cortar las manzanas en medias lunas lo más finas posibles.
8	Incorporar mezcla en el molde y vamos alternando (mezcla, manzana, mezcla, manzana).
9	Hornear a 180° durante 40min. o hasta que la prueba del palillo salga limpia.
10	Enfriar y desmoldar.

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