

Pay de Limón con Jalea Vegano

Este pay de limón vegano es la prueba de que lo simple puede ser extraordinario. Su textura suave, el sabor fresco del limón y una capa de jalea brillante coronan un postre que enamora desde la primera cucharada. Pero lo que realmente lo hace especial es lo que *no* contiene: ningún ingrediente de origen animal.

En lugar de grenetina (gelatina hecha con huesos y cartílagos), usamos ingredientes vegetales que respetan a todos los seres vivos sin comprometer el sabor ni la textura. Cada rebanada es una elección consciente que demuestra que endulzar la vida no necesita crueldad.

Fácil de preparar, cremoso, crujiente, y con un toque cítrico inolvidable... este pay es ideal para compartir, celebrar o simplemente disfrutar con la tranquilidad de saber que es un postre tan compasivo como delicioso.

Tiempo de preparación: 1 hora

Ingredientes

(8 porciones)

Para el Relleno

- 1 taza de frijol de soya remojado 8 horas
- 1/2 taza de jugo de limón colado
- 1/4 de taza de azúcar o endulzante al gusto
- 1 cda. de ralladura de limón
- 1/4 de taza de leche vegetal o crema de coco
- 1 taza de agua
- 2 cdas. de harina de trigo
- 2 cdas. de fécula de maíz (maicena)
- 1 cdita. de polvos para hornear

Para la Corteza

- 2 tazas de harina de avena
- 1/4 de taza de aceite de coco o margarina derretida
- 1/4 de taza de miel de agave o crema de coco

Para la Jalea

- 1/4 de taza de taza de maicena
- 1/4 de taza de jugo de limón
- 1 cda. de ralladura de limón
- 2 cdas. de azúcar o endulzante de tu preferencia
- 1 taza de agua

Preparación

Comenzamos con la corteza:

En un recipiente, mezcla todos los ingredientes hasta obtener una masa pastosa y uniforme. Colócala en un molde para pay y distribúyela bien cubriendo el fondo. Presiona con firmeza para compactarla; si lo prefieres, también puedes extenderla por las paredes del molde (como se muestra en la foto).

Hornea durante **10 minutos a 180 °C (350 °F)** para que tome una textura crujiente. Mientras se hornea, continuamos con el relleno.

Para el relleno:

Licúa todos los ingredientes del pay hasta obtener una mezcla suave y homogénea. Vierte sobre la base ya horneada y regresa al horno por **30 minutos a la misma temperatura**. A los 20 minutos, revisa la cocción y ajusta el tiempo si es necesario.

Retira del horno y deja enfriar a temperatura ambiente.

Para la jalea:

Mezcla todos los ingredientes hasta integrar, lleva la mezcla a fuego bajo y mueve hasta que quede una consistencia espesa y cristalina. Coloca esa mezcla sobre el pay y expande por la superficie. Refrigera al menos dos horas antes de partirlo y disfrutarlo.

¡Comparte!

También te Puede Interesar: Pumpkin Pie Vegano

Chocolate Vegano Dark & Mint

El chocolate y la menta forman una combinación perfecta: el balance entre lo dulce, lo fresco y lo intenso hace que cada bocado sea una verdadera delicia. Esta receta es fácil de preparar y el resultado es simplemente irresistible.

Para celebrar este mes del amor, decidimos darle un toque especial moldeándolos en forma de corazón, ideales para compartir con alguien especial o simplemente para consentirte.

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(24 chocolates)

Para el chocolate blanco con menta

- 1 taza de manteca de cacao
- 1 taza de leche de soya en polvo
- 1 taza de azúcar glas
- 1 cdita. de esencia de menta
- Pintura verde vegetal líquida comestible

Para el chocolate amargo

- 1 taza de chocolate amargo al 70% de cacao (sin lácteos)

Preparación

Derrite a baño maría el chocolate amargo al 70% de cacao sin lácteos una vez fundido esta todo listo para montar en el molde de corazón. Puedes usar cualquier otro molde para chocolates que tengas, la idea es hacer la división de colores y sabores.

Coloca el chocolate amargo en el molde hasta la mitad de su profundidad y mete al congelador 10 minutos.

Mientras tanto, derrite la manteca de cacao a baño maría o en microondas, es importante que si lo haces en el microondas lo monitores cada 30 segundos ya que el tiempo varía dependiendo la potencia de cada horno.

Mezcla la leche de soya en polvo con el azúcar glass, en un recipiente mezcla la manteca de cacao líquida con la esencia de menta y dos gotas de pintura verde vegetal comestible. Mezcla bien y agrega la leche de soya en polvo con el azúcar, comienza a mover vigorosamente hasta que todo se integre y se sienta una mezcla tersa.

En este punto puedes agregar más colorante o mas esencia de menta dependiendo tu gusto.

Saca el molde del congelador y rellena el espacio que queda con la mezcla sabor menta. Congela nuevamente 20 minutos y listo.

Una vez sólidos los chocolates guárdalos en un frasco hermético en un lugar fresco y sin luz directa.

Para esta receta yo utilicé 4 moldes, puedes hacerlos de uno por uno si solo cuentas con una pza. Solo manden los chocolates derretidos en baño maría a fuego bajo para que no endurezcan.

¡Llévalos a reuniones, regálalos o date un gusto de vez en cuando!

¡Comparte!

También te Puede Interesar: Todo Sobre la Soya Texturizada

Brownies de Papa

¿Quién diría que un postre tan clásico como los brownies puede tener un giro tan creativo y delicioso? Estos brownies de chocolate, hechos con papá, son la prueba de que la imaginación en la cocina no tiene límites.

Fáciles de preparar y con ingredientes accesibles, esta receta te sorprenderá no solo por su textura esponjosa y su sabor intenso, sino también por ser completamente libre de crueldad.

Tiempo de preparación: 1 hr

Ingredientes

(4 - 6)

- 1 1/2 taza de papa hecha puré
- 1/2 taza de harina de trigo o avena
- 3/4 de taza de cocoa sin azúcar
- 1/2 taza de leche vegetal
- 1/4 de taza de aceite vegetal
- 1 cdita. de polvos para hornear
- 1/2 taza de azúcar
- 1 cda. de esencia de vainilla
- Trozos pequeños de chocolate al 70% de cacao (opcional)

Preparación

Precalienta el horno a 180° en un recipiente vierte todos los ingredientes (menos los trozos de chocolate) y mezcla muy bien, ve licuando por partes hasta obtener una pasta homogénea, engrasa en molde para horno y vierte la mezcla expandiendo muy bien, hornea por 25 – 30 minutos.

Deja enfriar, corta en cuadros clásicos de brownie y disfruta solos o con fruta, nueces y chocolate.

¡Comparte!

También te Puede Interesar: Leches Vegetales Caseras

Panqué Estilo Napolitano

Este panqué es delicioso, me encanta la combinación de naranja con chocolate, es muy fácil de preparar y es perfecto para compartir en familia.

¡Qué lo disfrutes!

Tiempo de preparación: 40 minutos

Ingredientes

(8 porciones)

- 2 tazas de harina de trigo
- 1 taza de jugo de naranja
- 1/2 taza de azúcar mascabado
- 3/4 de aceite
- 2 cditas. de polvos para hornear
- 1/2 cda. de bicarbonato
- 1 cda. de vinagre de manzana
- Ralladura de la cáscara de 1 naranja
- 1/4 de cda, colorante vegetal amarillo en gel (opcional)
- 1 taza de chocolate amargo al 70% de cacao marca turín
- 1/2 taza de azúcar glass
- 1 cda. de agua (+1/4 de cda. si es necesario)

Preparación

Precalienta tu horno a 350° F o 180 °C

En un recipiente mezcla, el azúcar, el aceite, el jugo de naranja, la ralladura de la naranja, el vinagre y mueve hasta que el azúcar se diluya. Mezcla el harina, los polvos para hornear y el bicarbonato y cierne sobre el recipiente con los demás ingredientes mezclados.

Mezcla hasta incorporar, agrega el colorante en gel, sigue mezclando hasta que el tono esté parejo. Te quedará una mezcla espesa, vierte sobre un molde para panqué previamente engrasado y hornea durante 20-25 minutos a la misma temperatura a la que precalentaste el horno.

Saca del horno y deja enfriar a temperatura ambiente.

Derrite el chocolate a baño maría, cubre la superficie del panqué con chocolate y deja que se endurezca a temperatura ambiente.

Para las líneas del glaseado coloca en un recipiente pequeño el azúcar glass y el agua, mezcla hasta que te quede una pasta, mete en una duya con un agujero chico y dibuja las líneas sobre el pan. Cuando endurezca podrás cortar en rebanadas y servir.

Acompaña con café o con un vaso de leche vegetal.

Roles de Canela

Ahora que comienzan las lluvias en muchas partes del país esta receta es perfecta para combinar con esos momentos, esas tardes de lluvia en compañía de nuestra familia, preparando pan casero que aromatizará toda la casa.

Tiempo de preparación: 1 hora

Ingredientes

(8 roles)

Para la masa

- 3 tazas harina de trigo
- 1 taza harina trigo integral
- 1/3 de taza aceite vegetal
- 1/3 de taza de azúcar
- 1 plátano maduro
- 3/4 taza + 3 cucharadas agua tibia
- 2 1/2 cucharaditas levadura seca

Para el relleno

- 1/2 taza de margarina a temperatura ambiente
- 1/2 taza azúcar morena
- 1/3 taza canela en polvo

Preparación

Diluye la levadura en el agua tibia y deja reposar 10 minutos. En un recipiente machaca el plátano, agrega el azúcar y el aceite, revuelve muy bien, agrega la levadura diluida y finalmente las harinas, mezcla primero con una cuchara de madera y después lleva la masa a una mesa de trabajo, amasa 3 tres minutos, regresa la masa al recipiente, tapa con un trapo y deja reposar por una hora.

Mientras, mezcla los ingredientes para el relleno, hasta obtener una pasta.

Pasando el tiempo de reposo de la masa, llévala a una mesa de trabajo y con ayuda de un rodillo dale forma de rectángulo, la masa extendida debe tener 50 mm de grosor aprox.

Unta la pasta del relleno por toda la superficie del rectángulo, ahora enrolla y corta ese rollo en 8 a 10 partes. Engrasa un molde y coloca los rollos cuidando que no se toquen entre sí.

Precalienta el horno a 350 °F y hornea por 25 minutos.

Saca del horno, deja enfriar y ¡disfruta con leche de coco bien fría!

Mini Pie de Zarzamora

Estos pie son un deleite en todos los sentidos, un postre saludable que no requiere horno y ¡muy fácil de preparar!

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(6 - 8 mini pie)

Para la base

- 1 taza de nuez picada
- 9 ciruelas pasa sin hueso o dátiles

Para el relleno

- 2 tazas de tofu firme
- 1 taza de zarzamoras
- 1 cda. de miel de agave
- 2 cdas. de vinagre
- 2 cdas. de leche de coco
- 1 cdita. de fécula de tapioca (opcional)
- 6 zarzamoras para decorar

Preparación

En un procesador muele la nuez y la ciruela pasa o los dátiles hasta que tenga consistencia de masa. Licúa el tofu con 2 cdas. de leche de soya, cuando se forme el remolino en la licuadora agrega las zarzamoras, la miel de agave y finalmente el vinagre, licúa hasta tener una mezcla tersa.

En una molde para cupcakes pon una capa de masa de nuez y compáctala muy bien, repite este procedimiento con los seis espacios (Puedes poner una tira de papel encerado antes para que cuando quieras desmontarlos sea muy fácil solo jalar) Vierte la mezcla de la licuadora, corona con una zarzamora y congela al menos por 4 horas.

¡Comparte esta Receta!

Te Puede Interesar: Natilla Sabor Pie de Limón

Muffins de Zanahoria

Los muffins de zanahoria son el acompañamiento perfecto para disfrutar en la hora del té o café. Su sabor suave y ligeramente especiado es un favorito que encanta a todos, desde los más pequeños hasta los más grandes. Cada bocado de estos deliciosos muffins es una combinación de dulzura y textura, con trocitos de zanahoria que aportan frescura y un toque de color. Además, son un postre nutritivo que te hará sentir bien. Ya sea como un antojo a media tarde o como un regalo especial para tus seres queridos, estos muffins de zanahoria son la elección ideal para endulzar cualquier momento del día.

Tiempo de preparación: 1 hora

Ingredientes

- 2 tazas de harina de trigo integral
- 1 taza de azúcar mascabado
- 1 pizca de sal
- 2 cditas. de polvo para hornear
- 1/2 cdita. de bicarbonato de sodio
- 1 cditas. de canela en polvo
- 3 tazas de zanahoria rallada
- 3/4 de taza de aceite neutro
- 1/2 taza de jugo de naranja
- 1/2 taza de pasas
- 1/2 taza de coco rallado
- 1/2 taza de nueces picadas
- 1 pizca de clavo en polvo

Preparación

En un recipiente mezcla perfectamente todos los ingredientes en polvo y granulados (harina, azúcar, polvo para hornear, bicarbonato, sal y especias). Agrega el resto de los ingredientes y mezcla a mano, hasta que no queden grumos. Vacía la mezcla en los moldes para muffins. Precalienta el horno a 180°C. Hornea de 30-40 minutos o hasta que al picar con un palillo salga limpio.

¡Comparte!

Te Puede Interesar: Tapioca con Leche de Coco

Pancakes de Vegetales y Quinoa

Estos pancakes no solo son increíblemente fáciles de hacer, sino que también están repletos de nutrientes esenciales que te darán la energía necesaria para comenzar el día de la mejor manera.

La quinoa, conocida como un superalimento, es una excelente fuente de proteínas completas y fibra, lo que la convierte en un ingrediente perfecto para una comida balanceada. Combinada con una variedad de vegetales frescos, estos pancakes se convierten en una opción nutritiva y deliciosa para el desayuno. Además, son una excelente manera de incorporar más vegetales a tu dieta diaria.

Así que, si estás buscando una receta rápida, nutritiva y deliciosa para tus mañanas, ¡estos pancakes de vegetales y quinoa son la opción ideal! Acompáñanos y descubre lo fácil que es prepararlos.

Tiempo de preparación: 20 min

Ingredientes

(8 a 12 pancakes)

- 1 papa chica rallada
- 1 zanahoria chica rallada
- 1 taza de perejil picado
- 1 cdita. de cúrcuma
- 1 cdita. de sal
- 1 cdita. de pimienta
- 1 1/2 taza de harina de quinoa
- 1 taza de agua
- Aceite

Para servir

- Hojas de espinaca
- Crema de garbanzos
- Mix de semillas

Preparación

En un tazón amplio agrega la harina de quinoa, el agua y los condimentos y mezcla muy bien, incorpora los vegetales rallados y el perejil. Revuelve y reserva.

Calienta un sartén con superficie antiadherente, agrega aceite al gusto y expande por toda la superficie, deja que caliente bien.

El tamaño ideal para estos pancakes lo vas a lograr con una cuchara sopera por porción.

Cocina de dos en dos o dependiendo el tamaño de tu sartén, al menos 2 minutos de cada lado, como si cocinaras hotcakes.

Termina con toda la mezcla y sirve con crema de garbanzos, hojas de espinaca y semillas para decorar.

¡Que los disfrutes!

Consejos

Recuerda que puedes hacer tu propia harina de quinoa, moliendo la quinoa en una licuadora hasta lograr un polvo fino.

¡Comparte esta receta!

Te Puede Interesar: Hotcakes de Chocolate

Chilaquiles Poblanos

Este tipo de platillos son de los que podrás preparar al descargar ["Mis primeros quesos veganos"](#) nuestro recetario con descarga gratuita.

Estos chilaquiles tienen todo, queso, crema y la salsa es deliciosa. Todo completamente a base de plantas, sin tener que dañar a las vacas, hasta los podrías servir con nuestras [alternativas al huevo](#) como tradicionalmente se acompaña este platillo tan especial en nuestra gastronomía.

¡Anímate a prepararlos! Comparte con familiares y amigos para que todos se sorprendan.

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(4 personas)

- 500 gr de totopos
- 3 chiles poblanos grandes
- 1/2 taza de [queso crema de semillas](#)
- 3 tazas de agua
- 1 diente de ajo
- 1 trozo de cebolla
- 1 cda. de consomé vegetal en polvo
- 3 cdas. de aceite
- 1/2 taza de cebolla finamente picada
- 1/2 taza de cebolla cortada en tiras delgadas (en juliana)
- 1/2 taza de elote desgranado y cocido (puede ser de lata)
- 1/2 taza de mole poblano para decorar
- 1/2 taza de [queso vegano](#) para decorar
- 1/2 taza de [crema de garbanzo](#) o [crema de semillas](#)

Preparación

Asa los chiles, colócalos en una bolsa para que suden y puedas retirar la cutícula fácilmente.

En la licuadora agrega los chiles pelados, sin rabo y sin semillas, el ajo, el trozo de cebolla, el consomé vegetal, el agua y licúa durante 1 minuto.

En una cacerola calienta el aceite y fríe la cebolla cortada en juliana hasta que esté transparente, vierte la salsa de la licuadora y cocina hasta que hierba, prueba de sal, ajusta y reserva.

Te sugiero que para que los chilaquiles estén crocantes primero pongas los totopos en los platos y les viertas la salsa encima.

Agrega elote, crema de semillas, cilantro cebolla picada, mole poblano, queso vegano y disfruta acompañando con un bolillo.

Fetuccini con Fajitas de Portobello

Este platillo es una combinación irresistible de sabores y texturas que transformará cualquier comida en un evento especial. El toque ahumado y jugoso de las fajitas de portobello, combinado con la suavidad del fettuccini, crea una experiencia gastronómica ideal para compartir con tus seres queridos en una cena especial o simplemente para consentirte con un platillo espectacular.

Perfecta para impresionar sin complicarte, esta receta celebra el equilibrio entre lo nutritivo y lo delicioso, convirtiéndose en una opción ganadora para cualquier ocasión. ¡Anímate a probarla y deja que conquista tu mesa!

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(2 porciones)

- 250 grs. de fetuccini
- 4 portobellos grandes cortados en fajitas
- 1 cda. de ajo en polvo
- 1 cda. de consomé vegetal
- 1 cdita. de jengibre en polvo
- 3/4 de taza de salsa de soya
- 1/2 taza de cebollín picado
- Aceite de oliva

Preparación

Cuece la pasta como lo indica el paquete, cuando esté lista escúrrela y ponle un poco de aceite de oliva y mezcla. En un sartén amplio o wok calienta 3 cdas. de aceite de oliva, fríe el cebollín y agrega el ajo en polvo, cuando cambie de color agrega los portobellos en fajitas, mezcla y agrega el consomé vegetal, el jengibre y finalmente la salsa de soya.

Cuando los portobellos estén tiernos, baja el fuego y agrega la pasta. Revuelve muy bien, apaga y sirve. Decora con jitomates cherry y más cebollín fresco.

¡Comparte!

Te Puede Interesar: Pasta a la bolognesa

Roles Veganos Edición San Valentín

Estos roles veganos en forma de corazón son suaves, esponjosos y están rellenos de un intenso chocolate que se derrite en cada bocado.

Su vibrante color rojo los hace irresistibles a la vista, pero es su textura tierna y su centro cremoso lo que realmente conquista. Son perfectos para regalar, compartir o consentirte sin necesidad de lácteos ni ingredientes de origen animal.

Porque el amor verdadero también se hornea con compasión.

Tiempo de preparación: 2 horas

Ingredientes

(16 roles)

Para la masa

- 4 tazas harina de trigo
- 1/3 de taza aceite vegetal
- 1/3 de taza de azúcar
- 1 plátano maduro
- 3/4 taza + 3 cucharadas agua tibia
- 2 1/2 cucharaditas levadura seca
- Colorante vegetal rojo (1 cdita. si es en polvo, 1 cda. si es en gel o 1 cdita. si líquido)

Pra el relleno

- 1/2 taza de margarina a temperatura ambiente
- 1/2 taza azúcar morena
- 1/3 taza canela en polvo
- 1/4 de taza de cocoa

Para el glaseado

- 1 taza de azúcar glas
- 1/4 de taza de jugo de limón

Preparación

Diluye la levadura en el agua tibia y deja reposar 10 minutos. En un recipiente machaca el plátano, agrega el azúcar, el aceite y el colorante rojo, revuelve muy bien.

Agrega la levadura activada y finalmente la harina, mezcla primero con una cuchara de madera y después lleva la masa a una mesa de trabajo enharinada, amasa 10 minutos.

Puedes ir poniendo harina de apoco como la masa lo vaya pidiendo, hasta que ya no se te pegue en las manos y tengas una masa tersa. Regresa la masa al recipiente, tapa con un trapo y deja reposar en lo que preparas el relleno.

Mezcla los ingredientes para el relleno, hasta obtener una pasta.

Lleva la masa a una mesa de trabajo y con ayuda de un rodillo dale forma de rectángulo, la masa extendida debe tener 50 mm de grosor aprox.

Unta la pasta del relleno por toda la superficie del rectángulo, ahora enrolla por ambos lados como se muestra en la imagen y corta ese rollo en 16 partes, dales forma de corazón en la punta. Engrasa uno o dos moldes rectangulares o cuadrados y coloca los rollos en forma de corazón.

Precalienta el horno a 350 °F o 150 °C y hornea por 25 minutos.

Saca del horno, deja enfriar. Mientras prepara el glaseado.

Mezcla el jugo de limón con el azúcar glass, bate hasta que tengas una consistencia espesa.

Vierte el glaseado encima de los roles y deja que se seque.

Disfruta estos deliciosos roles de temporada y comparte con familiares y amigos.

Consejos

Puedes añadir más o menos colorante dependiendo la intensidad que quieran en el color.

¡Comparte!

Te puede interesar: Amor a Primera Mordida: Parejas Perfectas en la Cocina