

La Mejor Nutella Vegana

Hay recetas que sorprenden desde el primer ingrediente, y esta Nutella vegana de papa es prueba de ello. Aunque parezca inesperado, la papa se convierte en la aliada perfecta para lograr esa textura cremosa, suave y untuosa que tanto amamos de la versión original, pero en una alternativa completamente libre de ingredientes de origen animal.

Su sabor es irresistible, con el equilibrio perfecto entre chocolate y avellanas, mientras que la papa aporta cuerpo y una consistencia espectacular sin necesidad de lácteos ni aditivos complicados. El resultado es una crema deliciosa, económica y muy versátil, ideal para untar, rellenar postres o simplemente disfrutar a cucharadas.

Porque reinventar nuestros antojos favoritos también puede ser una forma de cuidar a los animales y demostrar que la cocina vegetal siempre encuentra maneras creativas de sorprendernos.

Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

(500 ml aprox.)

- 1 papa grande
- 1/2 taza de azúcar
- 1/2 taza de leche de soya
- 1/2 taza de aceite de coco deshodorizado
- 1/4 de taza de avellanas tostada y troceadas (opcional)
- 1/2 taza de cocoa
- 1/4 de taza de chocolate amargo sin lácteos
- 1 cda. de vainilla
- Agua

Preparación

En una olla mediana calienta 2 tazas de agua, corta la papa en trozos mas pequeños y agrega el azúcar, cocina hasta que esté muy blandita 15 minutos aproximadamente, sin tapar para que el agua se reduzca.

Deja enfriar y vierte a la licuadora junto con el liquido que quedó. Agrega el resto de ingredientes excepto el chocolate amargo y el aceite de coco y licúa el tiempo suficiente hasta que todo este integrado en una mezcla suave.

Derrite el chocolate a baño maría y agrega el aceite de coco, bate hasta integrar, vierte a la licuadora y vuelve a licuar, hasta integrar.

Vacía tu Nutella Vegana en un refractario de vidrio hermético y refrigera al menos 3 horas.

Untala en un pan, o prepara postres asombrosos a partir de ella.

Consejos

Te recomiendo la cocoa hersey o turín.

En el caso del chocolate amargo te recomiendo el turín al 70% no contiene lácteos.

¡Comparte esta Receta!

Te puede interesar: Untable de Chocolate a Base de Aguacate

Pay Vegano de Chocolate con Manzana

Una indulgencia sin crueldad y al alcance de todos.

Este pay de chocolate con manzana es la prueba de que el placer no tiene por qué costarle nada a los animales.

Con ingredientes accesibles y 100% vegetales, logras una textura cremosa y reconfortante con ese toque crujiente que enamora desde la primera mordida.

Fácil de preparar, económico y perfecto para cualquier ocasión, este postre demuestra que consentirse puede ser sencillo, delicioso y compasivo.

Porque lo dulce sabe mejor cuando no lleva sufrimiento.

Tiempo de preparación: 40 minutos

Ingredientes

(6 porciones)

- 2 manzanas rojas peladas y cortadas en cubos
- 1/4 de taza de leche vegetal o agua
- 2 cdas. de maicena
- 2 cdas. de harina de trigo
- 1/4 de taza de miel de agave o crema de coco
- 1/2 taza de cocoa

Para la corteza del pay

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

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.

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.

Una vez listo, deja enfriar por completo. Para decorar, espolvorea un poco de cocoa en polvo sobre la superficie y **lleva al congelador por 15 minutos antes de servir**, para una textura más firme y deliciosa.

Si no lo consumes todo en el momento, tápalo y guárdalo en el refrigerador (no es necesario volver a congelar).

¡Comparte esta Receta!

Te Puede Interesar: Pay_Vegano de Plátano y Nuez

Hotcakes de Chocolate

Deliciosa receta para desayuno o cena. Los hotcakes de chocolate son faciles de preparar y es posible hacerlos sin leche ni huevo.

¡Anímate a prepararlos!

Tiempo de preparación: 30 min

Ingredientes

(6-8 hotcakes)

- 1 taza de harina para hotcakes marca 3 estrellas
- 1 taza de avena
- 3/4 de taza de leche vegetal
- 4 cdas. de cocoa
- 1 plátano maduro chico
- 1 rajita de canela
- 1 pizca de sal
- 3 cdas de chispas de chocolate
- 2 cdas. de mermelada de piña
- 2 cdas. unttable de Chocolate Peanut Butter
- Aceite

Preparación

Primero agrega a la licuadora el avena y tritúrala un poco, agrega el plátano, la leche, la canela, la vainilla, la cocoa y la harina para hotcakes. Licúa por 2 minutos hasta obtener una mezcla homogénea.

Vierte la mezcla en un recipiente y agrega las chispas de chocolate amargo, revuelve. En un sartén antiadherente agrega aceite, muy poco, solo para evitar que se peguen los hotcakes, usa un cucharón chico para cocinarlos y de preferencia prepara uno por uno.

Forma los hotcakes en la superficie del sartén antiadherente y dales la vuelta cuando la superficie de arriba esté llena de burbujas, recuerda no subir mucho el fuego.

Sírvelos en torre, agrega mermelada de piña y Chocolate Peanut Butter.

¡Comparte esta Receta!

Te Puede Interesar: Hotcakes de Café

Bisquets de Chocolate y Lentejas

Estas galletas no solo satisfacen tus antojos de chocolate, sino que también están llenas de beneficios para la salud gracias a la inclusión de lentejas, una fuente rica en proteínas, fibra y nutrientes esenciales.

A través de esta receta, no solo disfrutarás de un bocado indulgente, sino que también obtendrás un impulso nutritivo que te dejará satisfecho y feliz.

¡Descubre cómo convertir las lentejas en un ingrediente estrella en estas irresistibles galletas de chocolate!

Tiempo de preparación: 40 minutos

Ingredientes

(12-15 galletas aprox.)

- 2 tazas lentejas remojadas al menos 5 horas
- 1/2 taza azúcar
- 1 1/2 taza harina de trigo
- 1 1/2 cda. aceite de coco
- 1/4 de taza de cocoa
- 1/2 cdita. de polvos para hornear
- 1 pizca sal
- 1/2 taza agua
- 1/2 cda. de vainilla

Preparación

Precalienta el horno a 180°C o 350°F. Forra una bandeja para hornear con papel encerado o engrasa la charola.

Licúa las lentejas, el agua, la vainilla, el azúcar la cocoa, el aceite de coco, la sal y los polvos para hornear.

Cierne la harina en un tazón, vierte la mezcla de la licuadora y mezcla muy bien.

Con tus manos húmedas divide la masa en bolitas del tamaño de una pelota de pin pon. Te saldrán aproximadamente 12.

Colócalas en la charola para hornear y con ayuda de una cuchara hazles un cuenco semi hondo para rellenar con mermelada si lo deseas cuando salgan del horno.

Hornea durante 20 min a 180°C o 350°F.

Deja que enfrien por completo y decora con mermelada.

¡Comparte esta Receta!

Te Puede Interesar: Tortillas de Lentejas

Helado de Plátano con Chocolate

Disfrutar de un helado casero nunca fue tan fácil y delicioso como con esta receta de Helado de Plátano con Chocolate. Con solo unos pocos ingredientes y pasos sencillos, puedes crear un postre accesible, lleno de sabor y completamente libre de crueldad.

Perfecto para consentirte en un día caluroso o para compartir con tus seres queridos. Este helado combina la dulzura natural del plátano con el toque irresistible del chocolate, demostrando que lo sencillo siempre puede ser espectacular.

Tiempo de preparación: 20 minutos

Ingredientes

(6 personas)

- 4 plátanos medianos
- 1/2 taza de cocoa en polvo
- Chispas de chocolate vegan (opcional)
- 1 cdita. de esencia de vainilla
- 1 pizca de sal

Preparación

Congela los plátanos sin cáscara una noche antes, si los pones en un plato tápalos con papel film o usa un recipiente hermético.

Saca los plátanos del congelador y colócalos en un recipiente, déjalos a temperatura ambiente 10 minutos, comienza a machacarlos con ayuda de un tenedor, cuando estén deshechos agrega la cocoa, la vainilla, las chispas y sigue mezclando muy bien hasta incorporar todo.

Puedes colocarlos en barquillos inmediatamente o dejar en el refractario, tapar con papel film y congelar de nuevo pero dentro de una lonchera hermética. Esto hará que mantenga su consistencia.

Si lo vuelves a congelar, para volver a servir tienes que dejarlo 10 minutos a temperatura ambiente y después de este tiempo ya lo podrás servir.

¡Comparte esta Receta!

Te Puede Interesar: Mini Pie de Zarzamora

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

Pastel Selva Negra Vegano

El pastel Selva Negra es un clásico icónico de la repostería originario de Alemania, específicamente de la región de la Selva Negra.

Su nombre y estética están inspirados en los colores tradicionales de esa zona: el oscuro del chocolate que evoca los densos bosques, el blanco de la crema que recuerda la nieve que cubre la región en invierno y el rojo intenso de las cerezas, fruta emblemática del lugar.

Hoy lo reinventamos en una versión 100% vegetal: igual de elegante, deliciosa y completamente libre de crueldad.

Tiempo de preparación: 90 minutos

Ingredientes

(10 - 12 personas)

Para el bizcocho

- 190 g de margarina libre de lácteos
- 1 taza de azúcar
- 2 ½ tazas de harina de trigo
- 1 taza de cocoa en polvo
- 2 cdas. de polvo para hornear
- 2 ½ tazas de leche vegetal
- 2 cdas. de vainilla
- 1 cda. de vinagre de manzana
- 1 cda. de bicarbonato

Para la crema batida

- 2 tazas de coco rallado (remojado mínimo 12 horas)
- 200 g de tofu suave
- ½ cda. de vainilla
- 1 cda. de azúcar

Para la jalea de cereza

- 400 g de cerezas frescas
- ½ taza de azúcar
- 2 tazas de agua

Para decorar

- 90 g de margarina libre de lácteos
- 90 g de manteca vegetal
- ½ taza de azúcar
- 1 taza de agua
- 2 tazas de chocolate semiamargo

- Crema batida de la que ya preparamos
- 7 u 8 cerezas frescas

Preparación

Bizcocho: En un bowl, bate la margarina vegetal con el azúcar hasta que la mezcla esté cremosa y suave.

En otro recipiente, mezcla la harina, cocoa y polvo para hornear.

En un tercer bowl, integra la leche vegetal, vainilla, vinagre y bicarbonato.

Incorpora poco a poco las tres preparaciones y bate hasta obtener una mezcla homogénea y sin grumos, vierte en moldes previamente engrasados.

Puedes usar 2 moldes altos y luego cortarlos por la mitad, o 4 moldes delgados, horneando aproximadamente 25 minutos a 180°C, deja enfriar y empareja la superficie con un cuchillo si es necesario.

Crema vegetal: Licúa el coco previamente remojado hasta obtener una mezcla muy suave, refrigera para que se separe la crema del líquido.

Utiliza únicamente la parte sólida (crema de coco), mézclala con el tofu, vainilla y azúcar hasta lograr una consistencia espesa y cremosa, refrigera hasta usar.

Jalea de cereza: cocina las cerezas con el azúcar y el agua a fuego medio, deja hervir hasta que espese ligeramente, permite enfriar antes de usar.

Coloca la primera capa de bizcocho, agrega la jalea para humedecer, añade una capa generosa de crema.

Repite el proceso (pan, compota, crema), la última capa solo será bizcocho humedecido con jalea.

Puedes colocar una cerca de papel encerado alrededor para mantener firme la estructura.

Refrigera unos minutos antes de cubrir.

Decoración: Bate la margarina y la manteca vegetal hasta cremar, añade el azúcar previamente disuelta en el agua (tipo jarabe) y continúa batiendo hasta lograr una textura suave y aireada.

Cubre todo el pastel con esta mezcla.

Funde el chocolate a baño maría y decora.

Termina con crema vegetal y cerezas frescas.

¡Comparte!

También te Puede Interesar: Pastel Especial de Aniversario

Gelatina de Chocolate

¿Buscas un postre que combine elegancia y sencillez? Esta gelatina de chocolate es la opción perfecta. Con su textura sedosa y su profundo sabor a chocolate, se convierte en una muestra de cariño para cualquier ocasión.

Lo mejor de todo es que está hecha con ingredientes de origen vegetal, lo que la hace accesible para todos, sin sacrificar el sabor. Sorprende a tus seres queridos con este postre que, sin duda, les hará sonreír y les dejará un dulce recuerdo.

Tiempo de preparación: 20 minutos

Ingredientes

(6-8 porciones)

- 1 1/2 tazas de agua
- 1 taza de leche de coco
- 3 cdas. de cocoa
- 2 1/2 cdas. de agar agar
- 4 cdas. de miel de agave
- Nueces y chabacano deshidratado para decorar

Preparación

Licúa la leche de coco con la cocoa y la miel de agave, aparte calienta el agua y cuando suelte el hervor agrega el agar agar y diluye hasta que no haya grumos.

Cuando esté transparente agrega la leche coco, la cocoa y miel que licuaste. Mueve por 5 minutos más.

Apaga el fuego y vacía en un molde para gelatina. Enfría y refrigera por 4 horas, decórala a tu gusto y sirve!!

Consejos

El agar agar es muy fácil de encontrar en tiendas de productos orientales o de repostería

¡Comparte!

Te Puede Interesar: Tapioca con Leche de Coco

Pudín de Chía con Chocolate y Frutas

Nos encanta anticipar el desayuno, esta preparación de pudín es perfecta para realizarla en la noche y tener al despertar un desayuno completo esperándote.

Tiempo de preparación: 15 minutos

Ingredientes

(1 porción)

- 1 taza de leche de coco
- 1/2 taza de semillas de chía
- 2 cdas. de cocoa
- Fruta y nueces para servir
- Endulzante de tu preferencia (opcional)

Preparación

Este desayuno es perfecto para prepararse por la noche y disfrutarlo por la mañana.

En un recipiente hermético agrega las semillas de chía, licúa la leche de coco, la cocoa y el endulzante que elijas y vierte sobre la chía, revuelve muy bien, tapa y refrigera. Al siguiente día tendrás un super desayuno. Agrega frutas como plátano, fresas, durazno y nueces.

¡Comparte esta receta!

Te Puede Interesar: Pudín de Coco con Mango

Trufas Especiales

Sumérgete en la deliciosa experiencia de preparar trufas, las opciones para cubrirlas son infinitas y se adaptan a tus gustos y los de tus seres queridos.

Con una textura suave y cremosa, estas trufas, 100% de origen vegetal, son una opción deliciosa y saludable para cualquier ocasión.

Lo mejor de todo es que puedes disfrutar el proceso de crearlas junto a quienes más quieres, convirtiendo la cocina en un espacio de unión y diversión.

Ya sea que optes por sabores clásicos o te atrevas a experimentar, estas trufas son la excusa perfecta para compartir momentos dulces y memorables con tus personas queridas.

Tiempo de preparación: 40 minutos

Ingredientes

(10 - 12 trufas)

- ½ taza de cacao en polvo
- 2 tazas de crema de coco (la que venden para hacer piña colada)
- 1/8 de cdita. de sal marina
- 2 cdas. de margarina sin lácteos
- Toppings: Puedes ser creativo y decorar con los frutos secos que tengas a mano, desde coco, nueces, almendras, maní, semillas de girasol. Simplemente tritúralos o córtalos en trozos más pequeños.

Preparación

En una olla mediana vierte la crema de coco, calienta hasta que reduzca un poco, agrega el cacao, la margarina, la sal y a fuego lento, revolviendo constantemente, deja reducir hasta que tenga una consistencia tan espesa que se vea la fondo de la olla cuando la muevas.

Vierte la mezcla espesa en un recipiente previamente engrasado y deja enfriar a temperatura ambiente para luego refrigerar por 2 horas.

Pasando este tiempo con ayuda de una cuchara haz bolitas, utiliza la misma cuchara para todas y así quedarán de un tamaño homogéneo.

Pásalas por los toppings de tu preferencia, colócalas sobre una bandeja o bases de trufa y cuando estén todas listas vuelve a refrigerarlas al menos 1 hora antes de ofrecerlas o comerlas.

¡Comparte!

También te Puede Interesar: Esto es lo que Debes Comer Más en Otoño e Invierno

Hershey's Cookies & Cream

Imagina un chocolate suave y cremoso, con trocitos crujientes que se deshacen en tu boca, sin dejar de ser completamente vegano.

No solo es una delicia irresistible, sino que también es una manera de mostrar tu cariño y cuidado hacia quienes más quieres, respetando sus valores y estilo de vida.

Con ingredientes simples y un proceso fácil, podrás crear un chocolate que todos podrán disfrutar, sin importar sus preferencias alimentarias. ¡Un dulce gesto para compartir momentos dulces!

Ingredientes

- 1 taza de manteca de cacao
- 1 taza de leche de soya en polvo
- 1/2 taza de azúcar glass
- 10 galletas oreo

Preparación

Trocea las galletas aplastándolas con un rodillo. Procura que no se pulvericen, deben quedar trozos chicos pero no polvo de galleta.

Derrete la manteca de cacao, yo la he puesto 2 min en el microondas.

Mezcla la leche en polvo con el azúcar glass y vierte la manteca de cacao derretida, comienza a mezclar rápidamente para evitar que se formen grumos.

Cuando todo esté integrado, agrega la galletas troceadas y mezcla cuidadosamente. Vierte sobre un refractario y deja reposar sobre una superficie plana.

Puedes regalar esta barra completa de chocolate tipo Hershey's o cortarla en cuadros para formar bocadillos y compartir con familiares y amigos.

¡Comparte!

También te Puede Interesar: Cena de 3 Tiempos para Consentir a Mamá