

**Cocina**  
**Día del niño y la niña**



**Nicole Palominos**  
**@cocinoconplantas**

# CAKE POPS

## Ingredientes

125 cc de leche vegetal  
60 cc de aceite de maravilla  
80 grs de azúcar  
90 grs de harina  
30 grs de cacao amargo  
4 grs de polvo de hornear

Mantequilla de maní  
Manjar de soya

## Decoraciones

Semillas de chía, amapolas o sésamo  
Mostacillas de colores  
Coco rallado  
Chocolate



## Procedimiento

Preparar queque base poniendo en un bowl la leche vegetal, aceite y azúcar. Mezclar.

Adicionar la harina, cacao y polvo de hornear. Mezclar nuevamente y pasar a un molde para hornear a 180°C por 20 minutos aprox.

Una vez listo enfriar.

Desmigar con las manos y unir con la mantequilla de maní o el manjar de soya. Formar bolitas y refrigerar.

Insertar un palito con chocolate y bañar en éste o pasar por semillas, mostacillas o coco rallado.

# DONAS DE MANZANA

## Ingredientes

20 grs de harina de linaza  
60 cc de agua  
35 cc de aceite de maravilla  
80 grs de panela  
150 grs de harina sin polvos de  
hornear  
10 grs de polvo de hornear  
220 grs de puré de manzana  
Canela o cardamomo en polvo

Azúcar flor  
Chocolate blanco  
Mostacillas o semillas

## Procedimiento

Hidratar la harina de linaza con agua, reservar.  
Trozar manzanas, quitar el centro y procesar con la piel hasta obtener un puré.  
En un bowl mezclar el puré de manzana, mezcla de harina de linaza y agua y el aceite. Mezclar. Adicionar el aceite para luego incorporar la harina, canela y polvos de hornear.  
Pasar la mezcla a un molde de silicona con formato de dona.  
Hornear a 180°C o llevar al microondas.  
Una vez listas dejar enfriar para bañar con chocolate o pasar por una mezcla de azúcar flor y canela.



# GOMITAS VEGANAS

## Ingredientes

1/2 taza de jugo de frutas a elección  
1 edita de agar agar  
Endulzar a gusto

## Procedimiento

En una olla ponemos el jugo de fruta y llevamos a fuego medio agregando en forma de lluvia el agar agar.

Cocinamos unos minutos sin dejar de revolver hasta que hierva. Pasamos a un molde de silicona con diseño a elección o una fuente de vidrio (en caso que no tengamos molde disponible).

Refrigeramos por al menos 1 hora o hasta que estén cuajadas por completo.

Retiramos del molde y servimos.





### Ingredientes

1/2 taza de mantequilla de maní

1/3 taza de syrup o a gusto

1/4 taza de maíz de curagua

1 cda de aceite de oliva

Syrup extra

### Procedimiento

Poner aceite de oliva en una olla junto con el maíz. Encender la olla a fuego fuerte. Mover la olla de vez en cuando tapada. Cuando comienzan a saltar las cabritas bajar el fuego al mínimo y esperar a que todas revienten. Reservar.

Aparte en un bowl ponemos la mantequilla de maní y el syrup. Mezclamos hasta obtener una salsa.

Adicionamos las cabritas previamente realizadas y mezclamos.

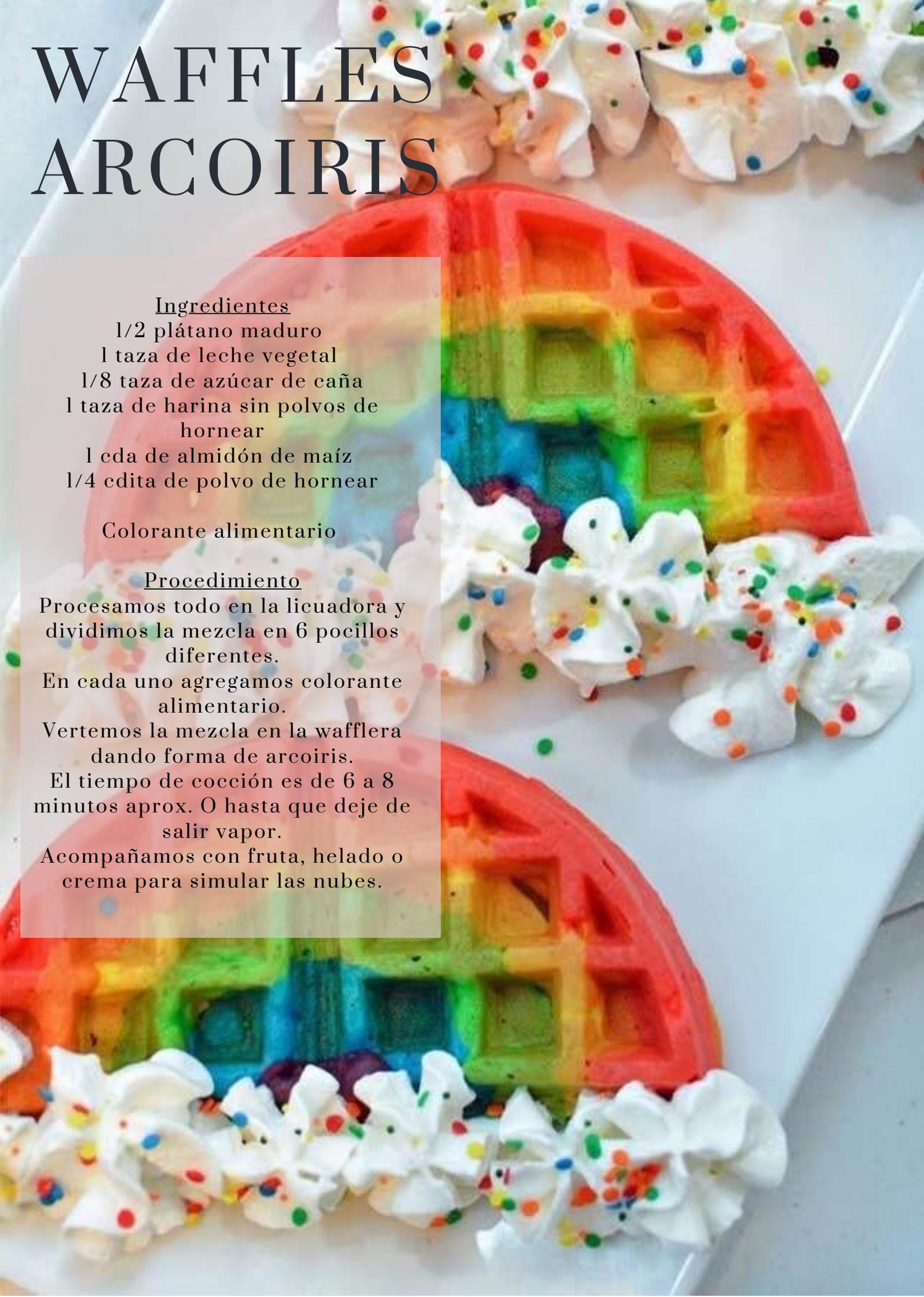
Pasamos a una lata de horno agregando un poco más de syrup en la superficie.

Horneamos a 180°C hasta que esta salsa comience a dorar sin que se quemé.

Una vez listas servimos tibias.

# CABRITAS CON MANTEQUILLA DE MANÍ

# WAFFLES ARCOIRIS



## Ingredientes

1/2 plátano maduro  
1 taza de leche vegetal  
1/8 taza de azúcar de caña  
1 taza de harina sin polvos de hornear  
1 cda de almidón de maíz  
1/4 cedita de polvo de hornear

Colorante alimentario

## Procedimiento

Procesamos todo en la licuadora y dividimos la mezcla en 6 pocillos diferentes.

En cada uno agregamos colorante alimentario.

Vertemos la mezcla en la wafflera dando forma de arcoiris.

El tiempo de cocción es de 6 a 8 minutos aprox. O hasta que deje de salir vapor.

Acompañamos con fruta, helado o crema para simular las nubes.