

Recetas sencillas, especiales para
elaborar junto a niños y niñas

-Cocción en horno

microondas-

RECETA 1

MINI FLAN

Ingredientes:

-media taza de leche

-1 huevo

-3 cucharadas de azúcar

Preparación:

Colocar los ingredientes en un recipiente y revolver bien

Cocinar en horno microondas durante 3 minutos

Para preparar el caramelo:

Ingredientes:

4 cucharadas de azúcar y 1 cucharadita de agua

Preparación:

Revolver y cocinar en horno microondas durante 4 min



RECETA

2

CUPCAKES

Ingredientes:

-1/4 de harina

-2 cucharadas de azúcar

-1/4 de leche

-2 cucharadas de cocoa

-2 cucharadas de manteca derretida

Preparación:

Colocar los
ingredientes en un recipiente

Revolver bien

Cocinar en horno microondas durante 3 min



RECETA 3

BIZCOCHUELO DE CHOCOLATE

Ingredientes:

- 1 taza de harina
- 1 taza de azúcar
- 1/4 de cocoa
- 1 taza de agua caliente
- 1 cucharada de polvo de hornear
- 1/4 taza de aceite
- 2 huevos

Preparación:

Colocar los huevos en un recipiente y agregar los demás ingredientes en el siguiente orden: azúcar, aceite, cocoa, agua caliente.

Revolver bien.

Agregar harina y polvo de hornear.

Revolver nuevamente

Cocinar en horno microondas durante 14 minutos.

