



RECETARIO

BANANO Y CACAO: ALIMENTOS NUTRITIVOS DEL ECUADOR

Con la Chef Corporativa de República
del Cacao: Andrea López



**REPÚBLICA
DEL CACAO®**



**Programa
Mundial de
Alimentos**

REPÚBLICA DEL CACAO®



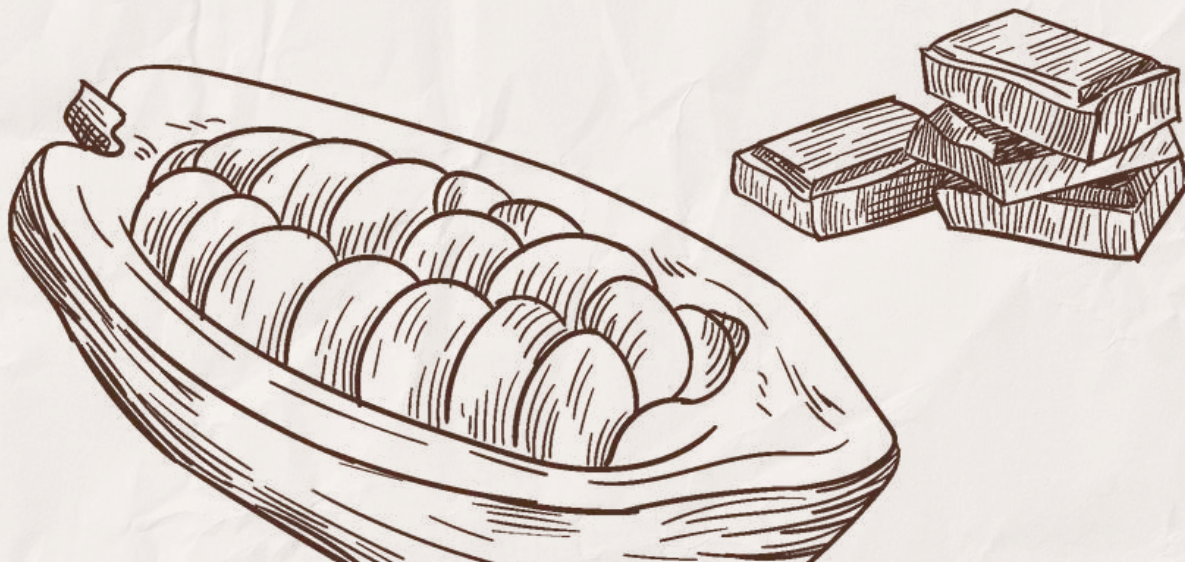
Programa
Mundial de
Alimentos

En República del Cacao y en el Programa Mundial de Alimentos estamos comprometidos con la sostenibilidad y con nutrir a nuestras comunidades. Por ello, nos unimos para promover el consumo del cacao y el banano a favor de la nutrición.

Les invitamos, a través de este recetario, a explorar el potencial de estos frutos emblemáticos de nuestro país, que nos energizan el cuerpo y el alma. Desde la sencillez de un banano perfectamente maduro hasta las notas profundas del cacao fino de aroma, esta colección está diseñada para inspirar y fomentar una alimentación sana y nutritiva.

Consumamos cacao y banano con alegría, sabiendo que con cada bocado contribuimos a un legado de salud y bienestar.

**¡JUNTOS CAMBIAMOS EL MUNDO UN GRANO DE
CACAO A LA VEZ!**





GALLETA DE CHOCO-NUEZ & NIBS DE CACAO

INGREDIENTES

GALLETA DE CHOCO-NUEZ & NIBS DE CACAO

- 180g Mantequilla s/sal clarificada
- 262g Panela
- 2 und Huevos
- 162g Harina
- 100g Harina de plátano
- 2g Sal
- 9g Polvo de hornear
- 180g Chocolate Negro Amazonía 75%
- 150g Nueces troceadas
- C/N Nibs de cacao

MÉTODO

GALLETA DE CHOCO-NUEZ & NIBS DE CACAO

Incorporar la mantequilla junto con el azúcar. Agregar los huevos y seguir con los polvos previamente mezclados juntos. Derretir el chocolate, agregar a la masa y mezclar hasta integrar. Terminar agregando las nueces. Hacer bolitas de 60g y cubrirlas con nibs. Cocinar a 160°C de 10-12min.

PRODUCTOS EN ESTA RECETA



El Programa Mundial de Alimentos no respalda ningún producto o servicio de terceros.



BIZCOCHO DE BANANO

INGREDIENTES

BIZCOCHO DE BANANO

- 150g Mantequilla clarificada
- 150g Panela
- 150g Huevos
- 150g Harina de cebada
- 3g Polvo de hornear
- 50g Puré de banano
- 120g Banano picado
- 100g 100% Masa de cacao República Dominicana
- 30g Nibs de cacao

MÉTODO

BIZCOCHO DE BANANO

En el bol de la batidora, cremar la mantequilla y el azúcar con 50g del peso de banano. Agregar poco a poco los huevos y seguir con los polvos tamizados juntos, no sobre batir. Fuera de la batidora, añadir el resto de banano picado y chocolate troceado de manera envolvente. Hornear en un aro de 19,5cm de diámetro sobre una lata con tapete de silicona a 160°C x 20min. Desmoldar, cortar con un aro de 18cm de diámetro y dividir en dos.

PRODUCTOS EN ESTA RECETA



El Programa Mundial de Alimentos no respalda ningún producto o servicio de terceros.



FRUTI BOMBONES DE BANANO

INGREDIENTES

FRUTI BOMBONES DE BANANO

- 3 und Plátanos en trozos
- 1 und Manzana, fresa o fruta a tu elección
- 150g Chocolate Negro Ecuador 65%
- 15g Aceite de girasol

MÉTODO

FRUTI BOMBONES DE BANANO

Derretir el chocolate al microondas en lapsos de 30 segundos, cuando este fundido agregar el aceite y mezclar bien. Cuando el chocolate este a temperatura ambiente, bañar las frutas, colocarlas sobre una bandeja con papel cera y llevarlas al refrigerados para que el chocolate se solidifique. Disfrutarlas enseguida o guardarlas en un recipiente hermético en el refrigerador.

PRODUCTOS EN ESTA RECETA



El Programa Mundial de Alimentos no respalda ningún producto o servicio de terceros.



MOUSSE DE CHOCOLATE

INGREDIENTES

MOUSSE DE CHOCOLATE

- 170g Chocolate Negro entre 65% a 75%
- 90g Leche
- 20g Yemas
- 180g Claras
- 25g Panela

MÉTODO

MOUSSE DE CHOCOLATE

Picar el chocolate en un bowl. Aparte, poner a hervir la leche en una olla. Una vez hirviendo, agregarla al chocolate y mezclar con ayuda de una espátula. Añadir la yema de huevo y asegurarse que esta mezcla se mantenga caliente. Aparte batir las claras y con el azúcar hasta tener picos firmes. Mezclar de manera envolvente las dos preparaciones hasta tener una mousse homogénea. Colocar en envases de cristal y reservar en el refrigerador durante unas dos a tres horas antes de consumir.

OPCIONES DE PRODUCTO PARA ESTA RECETA



El Programa Mundial de Alimentos no respalda ningún producto o servicio de terceros.

**REPÚBLICA
DEL CACAO®**



**Programa
Mundial de
Alimentos**

www.donawfpecuador.com

    **wfp_ecuador**

www.republicadelcacao.com

   **republicadelcacao**

**MARCA LOCAL
IMPACTO GLOBAL**

social • ambiental • económico

Certified



Corporation

