





Sustituye la naranja por otra fruta de temporada. Para las rocas puedes usar otros frutos secos como avellanas. nueces o pistachos.

Naranja al natural, helado de avellana sin lactosa y rocas de chocolate con almendras





10 MINUTOS DIFICULTAD BAJA 2 4 RACIONES



ingredientes

- · 8 bolas de helado de avellana sin lactosa
- · 2 naranjas

Para las rocas de chocolate sin lactosa:

- · 100 gr. de chocolate sin lactosa
- · 100 gr. de almendra laminada

elaboración

Pelar y cortar la naranja en trocitos.

Para las rocas de chocolate sin lactosa:

Fundir el chocolate sin lactosa y mezclar con la almendra. Estirar en una bandeja y meter en nevera.

Emplatado:

Colocar las bolas de helado y adornar con trozos de naranja y rocas de chocolate.





Usa una natilla sin lactosa o crema de chocolate sin lactosa para evitar la elaboración del mousse.

Mousse de chocolate negro sin lactosa, plátano asado, toffee y helado de avellana sin lactosa

20 MINUTOS



DIFICULTAD MEDIA 2 4 RACIONES



ingredientes

· 4 bolas de helado de avellana sin lactosa

Para la mousse de chocolate sin lactosa:

- · 300 gr. de chocolate negro sin lactosa
- · 150 gr. de nata sin lactosa
- · 60 gr. de yemas pasteurizadas
- · 200 gr. de claras pasteurizadas
- · 50 gr. de azúcar

Para el plátano asado:

- · 2 plátanos
- · 20 gr. de azúcar
- · 15 gr. de margarina 100% vegetal

Para el toffee rápido:

- · 30 gr. de sirope de caramelo
- · 20 gr. de nata sin lactosa

elahoración

Para el mousse de chocolate sin lactosa:

Poner el chocolate sin lactosa a fundir. Hervir la nata sin lactosa y añadir poco a poco al chocolate, e incluir poco después las yemas. Por otro lado montar las claras y el azúcar, añadir poco a poco la mezcla del chocolate, y poner en la manga pastelera.

Para el plátano asado:

Calentar una sartén, añadir la margarina y a continuación el plátano en rodajas y el azúcar. Saltear un par de minutos.

Para el toffee:

Mezclar el sirope y la nata sin lactosa.

Emplatado:

Disponer en las paredes de cuatro vasos las rodajas de plátano asado. Rellenar con el mousse de chocolate y reservar en la nevera. Cuando llegue el momento de servirlo sacar de la nevera, poner una bola de helado encima y decorar con el toffee.



Sustituye los frutos rojos por otra fruta: mango o melocotón por ejemplo.

Compota de frutos rojos con helado de nata sin lactosa y galleta



10 MINUTOS



DIFICULTAD BAJA 2 4 RACIONES



ingredientes

- · 8 bolas de helado de nata sin lactosa
- · 50 gr. de galleta sin lactosa

Para la compota de frutos rojos:

- · 200 gr. de frutos rojos
- · 100 gr. de azúcar
- · Zumo de 2 naranjas

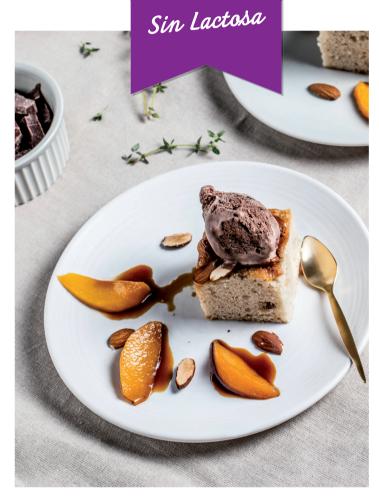
elaboración

Para la compota:

Poner el zumo de naranja a hervir con el azúcar. Añadir los frutos rojos y cocinar durante 5-10 minutos, hasta que espese. Retirar del fuego y dejar enfriar.

Emplatado:

En un tarro poner una capa de helado, una capa de galleta, una capa de frutos rojos, una capa de helado y, por último, otra capa de frutos rojos.



Puedes sustituir el melocotón asado por melocotón en almíbar.

Bizcocho de almendras con helado de chocolate sin lactosa y melocotón asado con tomillo



30 MINUTOS



DIFICULTAD MEDIA 2 4 RACIONES



ingredientes

· 4 bolas de helado de chocolate sin lactosa

Para el bizcocho de almendras:

- · 6 huevos
- · 200 gr. de azúcar
- · 200 gr. de almendras molidas
- · Ralladura de 1 limón

Para el melocotón asado con tomillo:

- · 2 melocotones
- · 25 gr. de margarina 100% vegetal
- · 50 ar. de azúcar
- · 1 ramita de tomillo

elahoración

Para el bizcocho de almendras:

Mezclar las yemas con el azúcar y las almendras molidas. Añadir la ralladura de un limón. Montar las claras a punto de nieve y mezclar con cuidado con la preparación anterior. Hornear a 180º durante 30 minutos.

Para el melocotón:

Fundir la margarina y añadirle el tomillo. Pelar el melocotón y espolvorearle el azúcar por encima. Añadir la margarina por encima y hornear 30 minutos a 180°. Puedes hornear el melocotón a la vez que el bizcocho para optimizar el tiempo.

Emplatado:

Cortar cuadrados de bizcocho y colocar encima almendras partidas y la bola de helado sin lactosa. Decorar con trozos de melocotón y almendras.





Sustituye el streusel por galleta sin lactosa triturada.

Streusel de almendra con manzana asada y helado de nata sin lactosa

20 MINUTOS



DIFICULTAD BAJA 2 4 RACIONES



ingredientes

· 4 bolas de helado de nata sin lactosa

Para el streusel:

- · 100 gr. de harina
- · 100 gr. de almendra molida
- · 100 gr. de margarina 100% vegetal
- · 100 gr. de azúcar
- · 2 gr. de sal

Para las manzanas asadas:

- · 100 gr. de azúcar
- · 20 gr. de margarina 100% vegetal
- · 500 gr. de manzanas

elahoración

Para el streusel:

Mezclar todos los ingredientes secos. Añadir la margarina pomada y mezclar levemente hasta que se haya incorporado a la mezcla, pero antes de que sea una mezcla homogénea. Estirar en una bandeja. Hornear a 160° durante 15-20 minutos. Dejar enfriar.

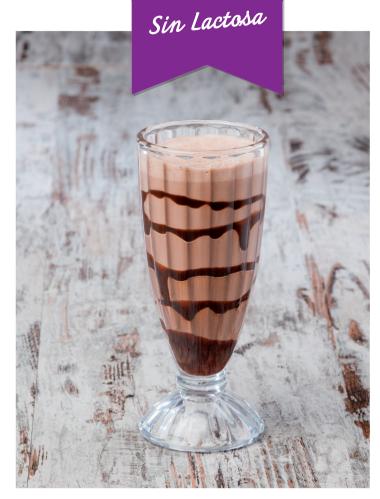
Para las manzanas asadas:

Poner azúcar en la sartén y calentar hasta consequir un caramelo oscuro. Retirar de la sartén y añadir la margarina. Cortar las manzanas peladas en dados y añadir a la sartén. Cocinar unos 5 minutos y dejar enfriar.

Emplatado:

En unos tarritos de cristal poner el helado, el streuzel y, por último, unos daditos de manzana asada.





Batido de helado de chocolate sin lactosa con sirope de chocolate sin lactora





DIFICULTAD BAJA 2 4 RACIONES



ingredientes

- · 2 bolas de helado de chocolate sin lactosa
- · 1/2 vaso de leche sin lactosa

Para decorar

· Sirope de chocolate sin lactosa

elaboración

Para el batido:

Batir la leche sin lactosa con las bolas de helado sin lactosa.

Emplatado:

Decorar las paredes del vaso con sirope (tanto el sirope como el vaso tienen que estar muy fríos) y poner el batido.





Sustituye las fresas por frambuesas.

Fresas salteadas, sorbete de limón sin lactosa y granizado de albahaca

20 MINUTOS (+6h. para congelar)



DIFICULTAD MEDIA 2 4 RACIONES



ingredientes

· 4 bolas de sorbete de limón sin lactosa

· 20 ar. de azúcar

· 15 gr. de margarina 100% vegetal

- Para el granizado de albahaca:
- · 30 gr. de albahaca
- · 200 ml. de aqua
- · 30 gr. de azúcar

Para las fresas salteadas:

· 300 gr. de fresas

elaboración

Para el granizado de albahaca:

Llevar agua a ebullición y añadir la albahaca (deshojada previamente). Retirar la alhabaca con una espumadera y sumergirla en agua con hielo. Batir los 200 ml. de agua con el azúcar y las hojas de albahaca hervidas y congelar. Remueve la mezcla cada media hora.

Para las fresas saltedas:

Poner una sartén a fuego vivo y añadir la margarina. Una vez derretida, añadir el azúcar y las fresas cortadas y saltearlas.

Emplatado:

Disponer en un plato hondo unas fresas. Añadir una bola de sorbete sin lactosa y coronar con el granizado de albahaca.



Tequila Sunrise Mandarina

□ 5 MINUTOS ☐ DIFICULTAD BAJA 🙎 4 RACIONES





ingredientes

- · 125 ml. de tequila
- · 5 bolas de sorbete de mandarina sin lactosa
- · 1 mandarina
- · 40 ml. de granadina

elaboración

Mezclar en una batidora el sorbete con el tequila. Echar un chorrito de granadina en la copa, añadir la mezcla anterior y decorar si se desea con una rodaja de mandarina.



Utiliza un yogurt sin lactosa azucarado en lugar de la crema de

Crema de coco con sorbete de limón sin lactosa y caviar de menta

25 MINUTOS



DIFICULTAD MEDIA 2 4 RACIONES



ingredientes

· 4 bolas de sorbete de limón sin lactosa

Para el caviar de menta:

- · 150 gr. de perlas de tapioca
- · 100 ml. de aqua
- · 50 gr. de hielo
- · 50 gr. de azúcar
- · 30 gr. de menta

Para la crema de coco:

- · 6 yemas de huevo
- · 100 gr. de azúcar
- · 500 ml de leche de coco

elaboración

Para el caviar de menta:

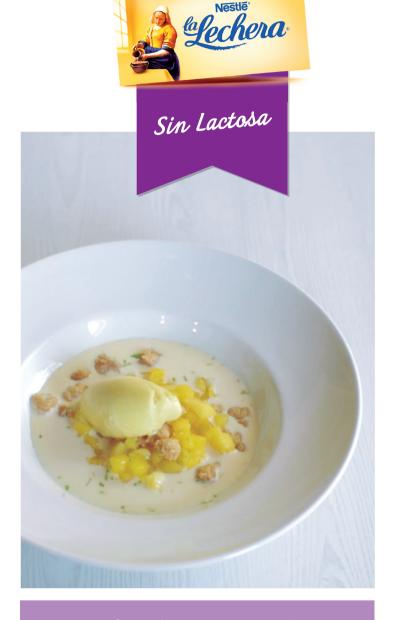
Hervir las perlas de tapioca en abundante agua hasta que queden transparentes. Colar, enjuagar en agua fría y reservar. Deshojar la menta. Hervir el agua y el azúcar. Escaldar la menta en la mezcla para fijarle el color y poner en agua fría. Triturar la menta con el hielo y añadir a la mezcla de agua y azúcar cuando esta haya enfriado. Mezclar todo con las bolas de tapioca cocidas.

Para la crema de coco:

Batir las yemas. Calentar la crema de coco con el azúcar. Cuando llegue a unos 85º añadir las yemas de huevo batidas y calentar a fuego lento o al baño maría sin dejar de remover hasta que la mezcla alcance 82° y empiece a espesar. Reservar en la nevera.

Emplatado:

En una copa poner una capa de helado sin lactosa, una capa de crema de coco y coronar con el caviar de menta.



Sustituye el streusel por galleta sin lactosa triturada.

Tartar de mango, crema inglesa, sorbete de limón sin lactosa y streusel de avellana

30 MINUTOS



DIFICULTAD MEDIA 2 4 RACIONES



ingredientes

· 4 bolas de sorbete de limón sin lactosa

Para el tartar de mango:

- · 1 manao
- · 2 rodajas de jenaibre
- · 1/2 lima

Para la crema inglesa de jengibre:

· 6 yemas de huevo

- · 80 ar. de azúcar
- · 30 gr. de jengibre
- · 500 ml. de leche sin lactosa

Para el streusel de avellana:

- · 100 gr. de harina
- · 100 gr. de avellana en polvo
- · 100 gr. de azúcar
- · 100 gr. de margarina 100% vegetal

elahoración

Para el tartar de mango:

Trocear el mango y mezclar con el jengibre en trocitos y con el zumo de 1/2 lima.

Para la crema inglesa de jengibre:

Hervir la leche con el azúcar y el jengibre laminado y colar. Poner la mezcla al baño maría con las yemas. Dejar enfriar.

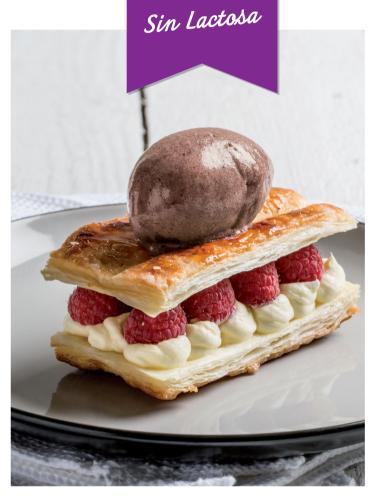
Para el streusel de avellana:

Mezclar la harina con el azúcar y la avellana. Añadir la margarina pomada y mezclar. Estirar en una bandeja y hornear durante 15-20 minutos a 180°.

Emplatado:

Disponer en el fondo del plato un poco de tartar de mango con la ayuda de un molde circular para galletas. Repartir streusel encima del tartar y en el fondo del plato. Añadir la crema y rallar un poco de corteza de lima encima. Coronar el plato con una bola de sorbete sin lactosa.





Sustituye las frambuesas por otra fruta: fresas, melocotón, gajos de

Milhojas de hojaldre caramelizado, crema, frambuesas y helado de chocolate sin lactosa

20 MINUTOS



DIFICULTAD MEDIA 2 4 RACIONES



ingredientes

- · 4 bolas de helado de chocolate sin lactosa
- · 50 gr. de frambuesas frescas

Para el hojaldre:

- · 250 gr. de masa de hojaldre sin lactosa
- · 50 gr. de azúcar glass

Para la crema:

- · 500 ml. de leche de avena
- · 60 gr. de azúcar
- · 1 rama de canela
- · Un trozo de piel de limón
- · 35 gr. margarina 100% vegetal
- · 35 gr. harina
- · 6 yemas de huevo

elahoración

Para el hojaldre:

Colocar la masa de hojaldre en una bandeja de horno con un papel vegetal debajo y otro encima y una rejilla de horno encima para evitar que el hojaldre suba demasiado. Hornear durante 9 minutos a 180 °. Sacar del horno, retirar la rejilla y el papel vegetal y espolvorear con azúcar glass. Subir el horno a 220° y meter de nuevo el hojaldre, esta vez ya sin la rejilla.

Para la crema:

Hervir la leche con el azúcar, la canela y el limón y colar. Dejar enfriar. Derretir la margarina en una sartén y añadir la harina, la leche que hemos colado y las yemas y remover hasta que no queden grumos. Dejar reposar en la nevera.

Emplatado:

Cortar el hojaldre en rectángulos de 5 x 10 cm. aprox. Poner la crema con una manga pastelera sobre uno de los rectángulos y repartir unas cuantas frambuesas sobre la crema. Poner otro rectángulo encima y presionar ligeramente con cuidado de no quebrar la masa. Añadir una bola de helado sin lactosa encima y servir.





Sustituye los albaricoques por otra fruta de temporada.

Cous cous de café, helado de nata sin lactosa y albaricoques macerados con amaretto

15 MINUTOS



DIFICULTAD BAJA 2 4 RACIONES



ingredientes

· 4 bolas de helado de nata sin lactosa

Para el cous cous de café:

- · 150 gr. de cous cous
- · 150 ml. de aqua
- · 2 sobres de Nescafé soluble
- · 50 gr. de azúcar
- · 25 gr. de margarina 100% vegetal

Para los albaricoques:

- · 4 albaricoques
- · 50 ml. de amaretto
- · 50 gr. de azúcar

elahoración,

Para el cous cous de café:

Llevar el café a ebullición junto con el azúcar. Retirar del fuego y añadir el cous cous. Dejar reposar 1 minuto, añadir la margarina, mezclar bien y conservar en nevera.

Para los albaricoques:

Calentar el amaretto con el azúcar hasta que se disuelva. Añadir los albaricoques pelados y dejar enfriar.

Emplatado:

De base poner el cous cous de café, encima el helado sin lactosa y decorar con los albaricoques.





Sustituye la arena de cacao por galletas de cacao trituradas. Las frambuesas también se pueden poner crudas o sustituir por fresas.

Arena de cacao, helado de avellana sin lactosa y frambuesas confitadas con albahaca







ingredientes

· 4 bolas de helado de avellana sin lactosa

Para las frambuesas confitadas en albahaca:

- · 200 ml. de agua
- · 200 gr. de azúcar
- · 125 gr. de frambuesas
- · 20 gr. de albahaca fresca

Para la arena de cacao:

- · 100 gr. de harina
- · 100 gr. de almendra molida
- · 50 ar. de 100% cacao
- · 100 gr. de margarina 100% vegetal
- · 100 ar. de azúcar
- · 3 gr. de sal

elahoración

Para las frambuesas confitadas:

Deshojar la albahaca. Llevar a ebullición el agua y el azúcar. Retirar del fuego y añadir las hojas de albahaca y las frambuesas. Dejar enfriar.

Para la arena de cacao:

Mezclar todos los ingredientes secos, añadir la mantequilla fundida y mezclar de nuevo. Estirar en una bandeja. Hornear a 160° durante 15-20 minutos. Dejar enfriar.

Emplatado:

En un vasito de cristal colocar primero el helado sin lactosa, después la arena de cacao y encima, decorando, unas frambuesas confitadas y unas hojitas de albahaca fresca.





En lugar de hacer la masa de los crepes puedes comprarla ya hecha. En el mercado hay varias opciones

Tacos divertidos con helado sin lactosa





20 MINUTOS DIFICULTAD BAJA 2 4 RACIONES



ingredientes

- · 4 bolas de helado de chocolate sin lactosa
- · 4 bolas de helado de straciatella sin lactosa

Para los crepes:

- · 300 gr. de harina
- · 150 ml. de agua
- · 40 gr. de azúcar

Para decorar:

- · 100 gr. chocolate sin lactosa
- · 50 gr. granillo de almendra
- · 30 gr. fideos de colores

elahoración

Para los crepes:

Mezclar en un bol la harina y el azúcar. Añadir el agua y amasar. Ir añadiendo la harina que acepte. Dividir la bola de masa resultante en 4 bolas más pequeñas. Poner harina en una superficie lisa y extenter una de las bolitas de masa con ayuda de un rodillo. Para hacer una tortita perfectamente redonda, poner un cuenco boca abajo encima de la masa extendida y presionar. Con un cuchillo cortar la masa excedente. Poner la tortita en una sartén al fuego y dorar ambas caras. Dejar enfriar.

Emplatado:

Fundir al chocolate sin lactosa al baño maría o en el microondas. Doblar un crep y rellenar de helado de straciatella o de chocolate sin lactosa. Mojar primero en un bol con el chocolate sin lactosa fundido y luego en un bol con granillo de almendra o fideos de colores.