



**RECETARIO (COMPLEMENTO)
PARA HACER PALETAS
LA MICHOACANA**



.....

RECETAS Y PROCEDIMIENTOS

.....



NOTA: Para las paletas de crema (leche), si desea utilizar la Base Prefabricada, deberá sustituir en los ingredientes la leche y crema de leche por la Base.

Si desea, para dar una mejor vista y sabor, agregue trocitos de fruta fresca o ensarte un fruto o trozo del mismo en los palitos al momento de colocarlos.

Si quiere cubrirlas de chocolate, deberá comprarlo meolen las tiendas de materias primas o dulcerías (Chocolate para derretir o Chocolate para cobertura) y lo derrite a baño maría en el cual sumerge las paletas un instante y al sacarlas puede añadirle nuez en trocitos o cochitos o algo más para espolvorear la paleta antes de que el chocolate endurezca, ya agregados espere unos segundos a que endurezca y vuelva a meter la paleta al congelador dentro de una bolsita transparente para almacenar o haga dicha preparación en presencia del cliente, ya que a ellos, sobre todo a los niños les gusta ver este procedimiento.



Paleta De Chabacano

Ingredientes:

- ❖ 250 gr. de azúcar
- ❖ 1/2 litro de agua
- ❖ 400 gr. de cremade leche
- ❖ 1 cda de jugo de limón
- ❖ 300 gr. de pulpa de chabacano
- ❖ 1 cda de maicena

Hervir el agua y el azúcar durante cinco minutos. Agregar el jugo de limón y la maicena disuelta en agua fría, cocinar unos minutos más, retirar y dejar enfriar. Agregar la pulpa tamizada y la crema de leche batida espesa, mezclar bien, verter en los moldes y llevar al congelador, hasta que endurezcan.



Paleta De Avellanas

Ingredientes:

- ❖ 1 litro de leche
- ❖ 4 yemas
- ❖ 3 claras
- ❖ 1 cda de maicena
- ❖ 200 gr. de azúcar
- ❖ 1 cdita de esencia de vainilla
- ❖ 300 gr. de crema de leche
- ❖ 100 gr. de avellanas peladas

Machacar las avellanas peladas y tostadas, agregarlas a la leche, hervirla y dejarla enfriar, batir en una cacerola las yemas, azúcar y maicena hasta que se vea esponjosa la mezcla, añadir la leche con las avellanas, llevar a fuego bajo y mezclar constantemente hasta que espese. Retirar antes de que hierva, dejar enfriar e incorporar la crema de leche batida espesa y las claras batidas a punto de nieve.

Aromatizar con vainilla, unir cuidadosamente las cremas, verter en los moldes, y llevar al congelador hasta que esté firme.



Paleta De Piña

Ingredientes:

- ❖ 250 gr. de azúcar
- ❖ 1/2 litro de agua
- ❖ 1 cda de jugo de limón
- ❖ 1 cda de maicena
- ❖ 1/2 piña pasada por la licuadora
- ❖ 400 gr. de crema de leche

Hervir el agua con el azúcar hasta obtener un almíbar liviano (5 minutos), agregar la maicena disuelta en agua fría y cocinar un minuto más, retirar del fuego, agregar el jugo de limón y dejar enfriar. Luego incorporar la pulpa de la piña y la crema de leche batida espesa, mezclar bien, verter en los moldes y llevar al congelador hasta que tome consistencia.



Paleta De Plátano

Ingredientes:

- ❖ 6 plátanos
- ❖ 200 gr. de azúcar
- ❖ 400 ml de agua
- ❖ Jugo de 1 limón
- ❖ 250 gr. de crema de leche
- ❖ 1 cda de maicena
- ❖ 2 claras batidas a nieve

Poner el azúcar en una cacerola junto con el agua, llevar a fuego y dejar hervir cinco minutos, añadir la maicena disuelta en un poquito de agua fría, revolver hasta que espese ligeramente, retirar y dejar enfriar. Pasar los plátanos por agua caliente, apachurrar con un tenedor, agregar el jugo de limón e incorporar a la preparación anterior ya fría. Por último, añadir la crema de leche batida espesa y las claras batidas a punto de nieve. Unir todo muy bien, verter en los moldes y llevar al congelador hasta que tome consistencia.



Paleta De Cerezas A la Crema

Ingredientes:

- ❖ 1 litro de leche
- ❖ 250 gr. de azúcar
- ❖ 1 cda al ras de maicena
- ❖ 400 gr. de crema de leche
- ❖ 1/2 cdita de esencia de kirsch (licor de cereza)
- ❖ 200 gr. de cerezas en almíbar

Hervir la leche con la crema y el azúcar durante dos o tres minutos, agregar la maicena disuelta en un poco de leche fría, cocinar unos minutos hasta obtener una crema liviana. Retirar del calor, agregar el kirsch, dejar enfriar e incorporar las cerezas cortadas en trocitos, mezclar bien y verter en los moldes. Llevar al congelador hasta que tome punto.



Paleta De Coco

Ingredientes:

- ❖ 4 yemas
- ❖ 200 gr. de azúcar
- ❖ 3/4 litro de leche
- ❖ 1 cda de fécula de maíz
- ❖ 1 cdita de esencia de coco
- ❖ 500 gr. de coco rallado
- ❖ 200 gr. de crema de leche
- ❖ 3 claras

Hervir la leche con el azúcar y el coco, disolver la fécula en un poquito de leche fría, agregar a la leche hirviendo, cocinar un minuto más revolviendo constantemente, retirar del fuego, agregarle las yemas ligeramente batidas, mezclando constantemente, volver a fuego y retirar antes de levante el hervor. Dejar enfriar, aromatizar con la esencia de coco, añadir la crema batida espesa, unida a las claras batidas a punto de nieve. Colocar en los moldes y llevar al congelador hasta que tome consistencia.



Paleta De Melón

Ingredientes:

- ❖ 1 melón
- ❖ 6 cdas de azúcar
- ❖ 200 ml de crema de leche
- ❖ 1 clara

Picar el melón finamente y colocarlo en un bol y espolvorear con azúcar.

Dejar reposar 30 minutos para que se macere, luego pisarlo con un tenedor o procesar, para deshacerlas un poco, reservar.

Batir la crema de leche a medio punto y mezclarla con la clara previamente batida a punto nieve, luego, incorporar la pulpa del melón preciamente machacado, revolviendo en forma envolvente. Verter la preparación en los moldes y llevar a refrigeración hasta que esté bien firme.



Paleta De Crema Americana

Ingredientes:

- ❖ 700 ml de leche
- ❖ 3 cda de leche en polvo entera
- ❖ 200 gr. de azúcar
- ❖ 1 cdita de esencia de vainilla
- ❖ 7 gr. de gelatina sin sabor
- ❖ 200 gr de crema de leche

Colocar la leche, la leche en polvo, el azúcar, la esencia de vainilla y la gelatina diluida e hidratada en 4 cucharadas de agua en el vaso de la licuadora, licuar durante 30 segundos, batir la crema de leche a medio punto y agregarla a la preparación. Verter en cubeteras o en la heladora eléctrica. Llevar al congelador a frío máximo, retirar cada media hora, batir enérgicamente y volver al congelador hasta lograr punto.



Paleta De Limón

Ingredientes:

- ❖ 250 gr. de azúcar
- ❖ 3 cdas de leche en polvo entera
- ❖ 600 ml de agua
- ❖ 7 gr. de gelatina sin sabor
- ❖ 1/2 taza de jugo de limón
- ❖ 1 cda de postre de esencia de vainilla
- ❖ 100 gr. de crema de leche sin batir 2 claras

Licuar el azúcar con la leche en polvo, agregar el agua, la gelatina diluida en agua, el jugo de limón, la esencia y la crema y licuar durante 30 segundos más. Verter en los moldes y llevar al congelador hasta que tome punto consistente.



Paleta De Fresas Con Crema Con Cobertura de Chocolate

Ingredientes:

- ❖ 1 litro de leche
- ❖ 300 gr de azúcar
- ❖ 300 ml de crema para batir
- ❖ 800 gr de pulpa de fresa
- ❖ 300 gr de chocolate oscuro para repostería
- ❖ 100 gr de confitería o nuez molida.

Hierva la leche con el azúcar y la crema batida, deja enfriar. Mezclale la pulpa de fresa hasta incorporar perfectamente y vierta a los moldes.

Congela Todo un día o hasta que estén duras; es importante que cuando empiecen a congelarse, coloques el palito de madera.

Bañalas con chocolate fundido y decora al gusto.

El chocolate fundelo en baño maría hasta que adquiera una temperatura de 30°C para que conserve su brillo.

Nota: Este procedimiento de cobertura de chocolate lo puede ocupar para cualquier otro sabor de paleta o a petición del cliente.



Paleta De Vainilla

Ingredientes:

- ❖ 1 lata de leche condensada
- ❖ 1 litro de agua hirviendo
- ❖ 2 yemas
- ❖ 2 claras
- ❖ Esencia de vainilla a gusto

Agregar a la leche el agua caliente y batirla bien, batir aparte las yemas y agregarlas, de a poco a la leche condensada, revolviendo con cuchara de madera, calentar y seguir revolviendo hasta que esté a punto de ebullición, pero cuidando que no hierva porque entonces se cortaría. Enfriar poniendo la cacerola sobre agua fría, añadir la esencia de vainilla y colocar en cubeteras o moldes, llevar al congelador, conectado a frío máximo, cuando comience a espesar, retirarlo de la heladera, reducirlo a puré, agregar las claras batidas a nieve, volverlo al congelador hasta que tome el punto común de paleta y reducir el frío para mantenerlo con la Consistencia.



Paleta De Chamoy

Ingredientes:

- ❖ 1 litro de agua
- ❖ 600 gr de azucar
- ❖ 700 gramos de chamoy

Hierve el agua con el azucar y deja entibiar.

Mezclale el chamoy hasta incorporarlo perfectamente y vierte a los moldes.

Congela todo un dia o hasta que esten duras; colocalas el palito cuando empiecen a congelarse.



Paleta De Arroz Con Leche

Ingredientes:

- ❖ 150 g de arroz, remojado en dos tazas de agua
- ❖ ½ lt de leche
- ❖ 250 g de azúcar
- ❖ 300 ml de crema para batir
- ❖ 1 cdita de esencia de vainilla
- ❖ 20 gr. de canela en polvo
- ❖ 1 taza de agua
- ❖ 1 taza de pasitas

Coloque el arroz ya remojado en una cacerola, llévelo al fuego y deje que se evaporen las tazas de agua. Añada la leche y el azúcar; manténgalos a fuego bajo hasta que esté cocido el arroz.

Enseguida lleve todo a un bowl; agregue la crema batida.

Incorpore todos los ingredientes y rellene los moldes hasta la mitad. Coloque pasitas y canela dentro y rellene nuevamente.

Llévelos al congelador y déjelos media hora, aproximadamente.

Coloque los palitos, cuidando se mantengan rectos. Congele otra vez hasta el momento de sacarlos (unas 12 horas).



Paleta De Durazno

Ingredientes:

- ❖ 1/2 kilo de duraznos
- ❖ 350 gr. de azúcar
- ❖ 2 limones
- ❖ 1 taza de té de agua
- ❖ 250 ml de crema de leche

Poner a fuego fuerte el agua con el azúcar hasta lograr un almíbar consistente, pelar los duraznos y pasar su pulpa por la licuadora o la procesadora, luego pasarlo por tamiz, el total de la fruta deberá pesar 400 gr. Agregar el jugo de limón y el almíbar. Ponga la mezcla a enfriar, batir la crema a punto chantilly y a añadir al puré de frutas, poner en los moldes y llevar al congelador.



Paleta De Cerezas

Ingredientes:

- ❖ 1/2 kilo de cerezas
- ❖ 250 gr. de crema de leche
- ❖ 1/2 litro de leche
- ❖ 1 taza y media de azúcar
- ❖ 1 cda de fécula de maíz

Limpiar las cerezas y quitarles el carozo, espolvorear con azúcar, aparte disolver la fécula de maíz en un poco de leche fría, y agregar al resto de la leche caliente con azúcar llevar a fuego, revolver hasta espesar y retirar del fuego. Añadir las cerezas con su jugo, picadas o enteras y dejar enfriar la preparación a temperatura ambiente, pasar luego al congelador, añadir la crema de leche batida a punto firme y mezclar bien.

Lleve al congelador nuevamente, hasta que tome consistencia.



Paleta De Guanábana

Ingredientes:

- ❖ 3/4 litro de pulpa de guanábana madura licuada o tamizada
- ❖ 400 gr. de azúcar molida
- ❖ 3/4 litro de agua
- ❖ 250 ml de crema de leche
- ❖ Jugo de 1 limón
- ❖ 4 claras (optativo)

Poner en una cacerolita el agua con el azúcar y llevar a fuego hasta que tome punto de hilo flojo. Retirar del calor y enfriar, añadir la guanábana licuado, el jugo de limón y la crema de leche sin batir. Colocarlo en la máquina de hacer helado hasta que tome consistencia y luego pasarlo a la cámara congeladora de la heladera, a frío medio, tapado. Si no cuenta con la máquina heladora, colocar en molde en el congelador a frío máximo, hasta que comience a espesar, retirar, reducir a puré, agregar las claras batidas a nieve y vuelva al congelador hasta que tome consistencia, dentro de los moldes.



Paleta De Guayaba

Ingredientes:

- ❖ 1 litro de agua.
- ❖ 600 gr de azucar.
- ❖ 700 gr de pulpa de guayaba rosa.
- ❖ 300 gr de chocolate oscuro para reposteria.
- ❖ 150 gr de nuez molida.

Hierve el agua con el azucar y deja entibiar,
Mezclale la pulpa de guayaba hasta incorporar perfectamente y
vierte a los moldes.

Congela todo un dia o hasta que esten duras, colocalas el palito
cuando empiecen a congelarse.

Desmolda y bañalas hasta la mitad con chocolate fundido y
decora con nuez.

El chocolate fúndelo en baño maria, hasta que adquiriera una
temperatura de 30° C para que conserve su brillo.



Paleta De Capuchino

Ingredientes:

- ❖ 1 Litro de Leche
- ❖ 5 Yemas
- ❖ 3 Claras
- ❖ 1 Cucharada de Fécula de Maíz
- ❖ 200 gr. de Azúcar
- ❖ 300 gr. de Crema de Leche
- ❖ 50 gr. de café soluble
- ❖ 1/2 Chaucha de vainilla

Colocar en una cacerola las yemas, el azúcar y la fécula, batir hasta obtener una preparación esponjosa, agregar la leche hervida y tibia con el café soluble y la chaucha de vainilla, mezclar bien, llevar a fuego lento y revolver constantemente hasta que comience a espesar.

Retirar antes que hierva.

Dejar enfriar.

Batir la crema de leche espesa, mezclarla suavemente a las claras batidas a punto de nieve e incorporar a la crema de vainilla, unir todo con sumo cuidado y colocar en los moldes.

Llevar al congelador hasta que tome punto.



Paleta De Chocolate Con Nuces

Ingredientes:

- ❖ 1 litro de leche
- ❖ 4 yemas
- ❖ 250 gr. de azúcar
- ❖ 4 barras de chocolate
- ❖ 1 cda de fécula de maíz
- ❖ 1 cdita de esencia de vainilla
- ❖ 80 gr. de manteca
- ❖ 3 claras
- ❖ 300 gr. de nueces en trozos

Colocar en una cacerola las yemas, azúcar y fécula, batir durante 10 minutos, hasta que la preparación se vea bien espumosa, mientras tanto, hervir la leche con el chocolate rallado, retirar del fuego y dejar entibiar, volcar despacio sobre las yemas y azúcar, mezclar bien, llevar a fuego suave y cocinar revolviendo constantemente hasta que espese, cuidando de retirar antes que hierva. Agregar entonces la manteca cortada en trocitos, revolver hasta disolver, aromatizar con vainilla y dejar enfriar.

Por último, agregar las claras batidas con una pizca de sal a punto de nieve, mezclar cuidadosamente a la crema de chocolate y las nueces y verter en la heladora o cubeteras. Llevar al congelador hasta que tome punto, dentro de los moldes.



Paleta De Moka

Ingredientes:

- ❖ 4 yemas
- ❖ 250 gr. de azúcar
- ❖ 1/2 litro de café
- ❖ 1 cda de fécula de maíz
- ❖ 3 claras
- ❖ 300 gr. de crema de leche

Colocar en un recipiente las yemas, el azúcar, y la fécula, batir por 10 minutos hasta que la mezcla esté muy esponjosa, agregar el café recién preparado y apenas tibio, mezclar bien, llevar a fuego bajo y revolver constantemente hasta que espese, retirar antes de que hierva, dejar enfriar. En ese punto añadir la crema de leche batida espesa a la que se habrá agregado tres claras batidas a punto de nieve. Colocar en los moldes y llevar al congelador dos o tres horas hasta que endurezcan.



Paleta De Naranja

Ingredientes:

Para 1 kilo (multiplicar para cantidades mayores)

- ❖ 700 ml de gaseosa de naranja
- ❖ 3 cdas de leche en polvo
- ❖ 250 gr. de azúcar
- ❖ 1 cda de postre de gelatina sin sabor

Licuar durante 15 segundos y a velocidad máxima la gaseosa, la leche, el azúcar y la gelatina, verter en cubeteras o heladora eléctrica y llevar al congelador a frío máximo durante 1 hora hasta que tome punto.



Paleta De Papaya

Ingredientes:

- ❖ 700 ml de leche
- ❖ 200 gr. de azúcar
- ❖ 300 gr. de papaya pelada y sin semilla
- ❖ 1 cda de postre de gelatina sin sabor
- ❖ 1 cdita de esencia de vainilla
- ❖ 200 cc. de crema de leche

Licuar la leche, el azúcar, las papayas, la gelatina diluida, la esencia y la crema durante 15 segundos. Verter en cubeteras o heladora eléctrica y llevar al congelador a frío máximo hasta que tome punto de helado, cada media hora revolver para que no se cristalice. Poner en los moldes y llevar al congelador.

Nota: La papaya, también es conocida como mamón.



Paleta De Yogurt

Ingredientes:

- ❖ 1 cda. de jugo de limón,
- ❖ 1 sobrecito de gelatina sin sabor,
- ❖ 1 taza de fruta fresca picada (frutillas, durazno, etc.),
- ❖ 1 taza de yogurt de frutillas, ½ taza de crema de leche,
- ❖ 3 cdas. de azúcar en polvo.

En un recipiente pequeño que pueda ir al fuego combine el jugo de limón con el agua. Vierta la gelatina y déjela reposar durante 5 minutos. Cocine a fuego lento revolviendo continuamente hasta que la gelatina se haya disuelto completamente. Licué ligeramente la fruta y el yogurt. La idea no es licuarlo todo, sino que queden trocitos de fruta.

Gradualmente, mientras bate, añada la gelatina.

Aparte, revuelva la crema con el azúcar y añádala a la preparación anterior. Revuelva bien y vierta en recipiente adecuado. Lleve al congelador. Veinte minutos antes de servir, saquéelo de congelador.

Permita que se ablande ligeramente. Parta en trozos, coloque en el vaso de la licuadora y bata hasta que esté cremoso, aún espeso y bien frío. Poner en los moldes y llevar al congelador.



Paleta De Menta

Ingredientes:

- ❖ 50 grs. de hojas de menta fresca,
- ❖ esencia de menta o copita de licor de menta,
- ❖ 125 grs. de azúcar,
- ❖ jugo de 1/2 limón,
- ❖ 250 ml de crema de leche.
- ❖ 100 grs. De chocolate troceado.

Mezcle el azúcar con 1 y 1/2 tazas de agua en una cacerola. Cocine a fuego lento revolviendo hasta que se disuelva el azúcar, y lleve a ebullición. Debe obtener un almíbar punto bolita (si vuelca un poquito en agua fría, debe formar una bolita maleable con los dedos). Agregue las hojas de menta, y cocine 10 minutos a fuego bajo, revolviendo siempre. Retire y deje enfriar.

Cuele el almíbar, aplastando las hojas de menta para extraerle todo su sabor. Añada el jugo de limón, y la esencia o el licor de menta. Bata la crema y añada a la mezcla. Pase todo a un molde y lleve al congelador. Deje 30 minutos hasta que empiecen a congelarse por los bordes. Retire, agregue el chocolate rallado grueso, bata bien y vierta en los moldes para llevar al congelador.



Paleta De Ciruela

Ingredientes:

- ❖ 700 gr de Ciruela pasa (sin hueso)
- ❖ Agua la necesaria
- ❖ 1 rajita de canela
- ❖ 1 litro de Leche
- ❖ 300 gr de azucar
- ❖ 300 ml de crema para batir fria

Cuece las ciruelas en agua junto con la rajita de canela y cuando lleguen a tener una suave textura licuar con la leche previamente hervida con el azúcar y la crema batida. Vierte a los moldes y congela todo un día o hasta que estén duras; es importante que cuando empiecen a congelarse, coloques el palito de madera con una ciruela pasa para una mejor vista.



Paleta De Kiwi

Ingredientes:

- ❖ 1 litro de agua
- ❖ 600 gr de azucar
- ❖ 700 gr de pulpa de kiwi

Hierve el agua con el azucar y deja entibiar.

Mezclale la pulpa de kiwi hasta incorporar perfectamente y vierte a los moldes. Congela todo un dia o hasta que esten duras.

Colocales el palito en cuato empiecen a congelarse.

Puedes acompañar con trocitos de fresa también.



Paleta De Dulce De Leche

Ingredientes:

- ❖ 600 ml de leche hervida
- ❖ 100 gr. de azúcar
- ❖ 1/2 kg. de dulce de leche común
- ❖ 250 gr. de crema de leche
- ❖ 3 claras de huevos
- ❖ 2 cdas de ron o coñac

Agregar a la leche hervida el azúcar, retirar una vez disuelta, entibiar y añadir el dulce de leche, mezclar todo muy bien y dejar enfriar por completo, agregar entonces el ron o coñac y la crema de leche ligeramente batida. Colocar la preparación en un recipiente y llevarla al congelador hasta que tome consistencia, retírelo píselo con un tenedor y agréguele las claras batidas a nieve de a poco, mientras continua batiendo.

Lleve al congelador nuevamente, hasta que tome consistencia.



Paleta De Piñón

Ingredientes:

- ❖ 600 gr de piñón
- ❖ 1 litro de leche
- ❖ 300 gr de azucar
- ❖ 300 ml de crema para batir

Licua la mitad de los piñones en una taza de leche y reserva. Aparte hierva la leche restante con el azucar y la crema batida; deja enfriar e incorpora los piñones molidos con la leche y los piñones restantes.

Vierte a los moldes y congela todo un dia o hasta que esten duras; es importante que cuando empicen a congelarse, coloques el palito de madera.



Recetario aportado por Don Cruz García, originario de Tocumbo Michoacán y propietario de varias franquicias en la República Mexicana para *CURSOS ESPECIALES*.

Prohibida la reproducción parcial y/o total.

® México 2009.