

Las
deliciosas recetas
realizadas al

100%
con restos



EL DESAYUNO QUE CASI TIRA

¿Lo sabías?

En nuestros campos, ¡no se despilgarra ninguna manzana! Las que caen al suelo se utilizan como fertilizante natural o se envían a los ganaderos locales para la alimentación del ganado.

Pink Lady®

La gelatina de Pink Lady®

¡La recuperación, es tendencia y es muy práctica!

¡Conserve los bocalos de vidrio vacíos, porque una vez esterilizados, podrán servir para conservar la deliciosa gelatina de Pink Lady®!

Para iniciar el paladar de los más pequeños, ¿qué diría de prepararles una mini prueba a ciegas? Hágales reconocer el aroma de la vainilla o también el de la canela. Para ellos, ¡la gelatina será todavía mejor!

Preparación

- 1 Llenar un cazo con las peladuras y los corazones, añadir el zumo del limón y llenar de agua hasta cubrir las peladuras.
- 2 Hacer hervir y luego dejar cocer a fuego lento unos 40 minutos.
- 3 Escurrir el zumo en un colador o un tamiz, para quitar los trozos pequeños.
- 4 Añadir el mismo peso de azúcar que el peso del zumo escurrido.
- 5 Mezclar el azúcar y el zumo en un cazo y hacer hervir.
- 6 Dejar reducir y cocer unos 30 minutos. Para una textura más gelificada, añadir 2g de agar agar al final de la cocción y dejar cocer unos 3 minutos.
- 7 Una vez enfriada, verter la gelatina en bocalos esterilizados, como una mermelada. Cerrarlos bien y girarlos, hasta que enfrién.

Ingredientes

Peladuras / corazones / semillas de manzanas (4-5 Pink Lady®)
Agua + Azúcar para mermelada
+ zumo de un limón + agar agar

Valores nutricionales

Por la mañana, una tostada con gelatina de manzana le aporta toda la energía para aguantar hasta el mediodía. ¡Una buena tostada corresponde a unas 100 calorías, ya sea el 5 % de su aportación diaria!

¿Conoce la tremenda ley Murphy? Explica por qué su tostada siempre cae al suelo del lado untado. No es por mala suerte, sino por ciencia... En efecto, la altura de nuestras mesas no deja desafortunadamente tiempo a la tostada de dar una vuelta completa. ¡Nuestra mesa debería tener, parece ser, una altura de 3 metros para permitir a la tostada caer correctamente!



Las
deliciosas recetas
realizadas al

100%
con restos



LOS INGREDIENTES
DEL CONDIMENTO SOÑADO...

Chutney de Pink Lady®

¿Lo sabía?

En nuestros campos, ¡no se olvida ninguna manzana!
Por ejemplo, una manzana que no ha alcanzado el calibre
de una Pink Lady® se convertirá en una PinKida®,
la manzana adaptada al apetito
de los más pequeños.

Pink
Lady®

El chutney
es un condimento
de origen indio. En
general se compone de
verduras, fruta y especias.
Ideal para los aficionados al
agridulce y perfecto para realzar
platos: se asocia a menudo con
proteínas como el pollo, el pato, el
pescado y el foie... Les aporta un
gusto sabroso y picante.

En compota o en condimento,
a los pequeños les encanta
el sabor agridulce del chutney
a la Pink Lady®.
¡Un éxito garantizado!

Preparación

1 Llenar un cazo
con las peladuras
y los corazones.

2 Añadir el azúcar y el
vinagre de sidra, y dejar
cocer a fuego lento tapado,
durante 15 minutos.
Para el consumo en versión
dulce, no dude en añadir
extracto de vainilla,
flor de azahar, o bien
canela, al final de la
cocción.

3 Triturar esta
preparación en
la batidora a
alta velocidad,
hasta obtener una
compota.

Ingredientes

Las peladuras y corazones de 6 Pink Lady®
150 g de azúcar + 150 cl de vinagre de
sidra + Batidora

¿Conoce la moda «sin azúcar»?

Es una corriente culinaria que pretende
reducir, incluso suprimir, de las recetas
el azúcar industrial. No dude en adaptar
a su gusto la dosis de azúcar y optar por
azúcares naturales que contienen menos
fructosa como: la fruta, la miel, el jarabe
de arce y el agave.

Para limitar los residuos y dar buenas costumbres
a sus hijos cuando salen de paseo, opte por cantimploras
grandes reutilizables, que podrá llenar con compota de Pink Lady®,
que disfrutarán sus peques.

Las
deliciosas recetas
realizadas al

100%
con restos



UN APERITIVO QUE LES VA A
ENCANTAR A SUS QUERIDOS
INVITADOS

¿Lo sabía?

Después de la cosecha, se seleccionan las manzanas en nuestras plantas de envasado. Las más bonitas se convierten en Pink Lady® y las demás serán transformadas en zumos y en compotas.

Pink
Lady®

Chips de peladuras de Pink Lady®

Preparación

- 1 Precalentar el horno a 180° C.
- 2 Aclarar bien las peladuras.
- 3 Extender las peladuras encima de una plata para el horno, o en una placa. Cortar y repartir la mantequilla en trocitos encima de las peladuras.
- 4 Espolvorear 2 cucharadas soperas de azúcar moreno y colocar en el horno durante 20 minutos.
- 5 Cada 5 o 6 minutos, girar las peladuras para que se cuezan de forma uniforme.
- 6 Al cabo de 15 min, comprobar la cocción y añadir azúcar moreno, si no están bastante doradas.
- 7 Dejar 3 minutos más, y comprobar con frecuencia que no se quemen las peladuras. Una vez que están caramelizadas, sacar la placa y dejar enfriar.

Ingredientes

100 g peladuras de manzanas Pink Lady®
1 cucharada sopera de mantequilla
salada
3 cucharadas soperas de azúcar moreno
(o de azúcar cristalizado)

**¡Es esencial comer
5 piezas e fruta y verdura
al día!**

Los micronutrientes, ¿sabes lo que es?
¡La fruta y la verdura están llenos de ellos! Son indispensables para nuestro organismo, ayudan a asimilar y a transformar los macronutrientes como las proteínas, los glúcidos o también los lípidos.

¿Sabías que las patatas fritas (chips) son el tentempié más común en el mundo? ¿Pero de dónde viene? El invento se atribuye a George Crum, un chef cocinero americano que las habría inventado sin darse cuenta... Cuenta la historia que un cliente particularmente exigente se quejó de unas patatas fritas demasiado gruesas. El chef se puso nervioso y decidió no cortarlas a lo largo, sino en rodajas lo más finas posible. ¡Tras freírlas unos minutos, y espolvorear un poco de sal, surgieron las chips - patatas fritas!

La manzana combina de maravilla con algunos aromas. No duden, por ejemplo, en espolvorear un poco de canela encima de sus chips, anís estrellado, jengibre fresco o también vainilla... ¡Que aproveche!