

Recetario

5 formas diferentes de utilizar el Pan Blanco



El pan se ha elaborado desde tiempos ancestrales, cada cultura le ha puesto su toque personal y lo ha incorporado como un elemento de identidad. Su consumo de manera frecuente es fundamental, aporta carbohidratos complejos a la dieta, además de ser bajo en grasa y rico en diversos micronutrientes.

El pan blanco es un alimento versátil que puede transformarse en una variedad de platillos deliciosos y saludables. En este descargable, exploraremos 5 formas de utilizar el pan blanco en la cocina, desde botanas y guarniciones, hasta postres.

DESCUBRE COMO PUEDES SACAR EL MÁXIMO PROVECHO DE ESTE ALIMENTO BÁSICO.



Sándwiches

A close-up photograph of three grilled sandwiches on a wooden cutting board. The sandwiches are made with white bread that has been toasted with distinct dark grill marks. The top sandwich is clearly visible, showing layers of green lettuce, a thick slice of red tomato, and a layer of meat. The bottom-left sandwich is held together by a wooden toothpick and shows layers of lettuce and pinkish meat. The bottom-right sandwich is also visible, showing the grill marks and some green lettuce. The background is a wooden surface with a black and white checkered pattern visible in the upper left corner.

Sándwich de hummus

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
2 cucharadas de hummus
¼ de pepino en rodajas
4 rebanadas de jitomate
1 puño de espinacas

Procedimiento:

1. Tuesta las rebanadas de pan.
2. En una de las rebanadas unta el hummus, coloca las rodajas de pepino, las rebanadas de jitomate y la espinaca.
3. Cierra el sándwich y sirve.



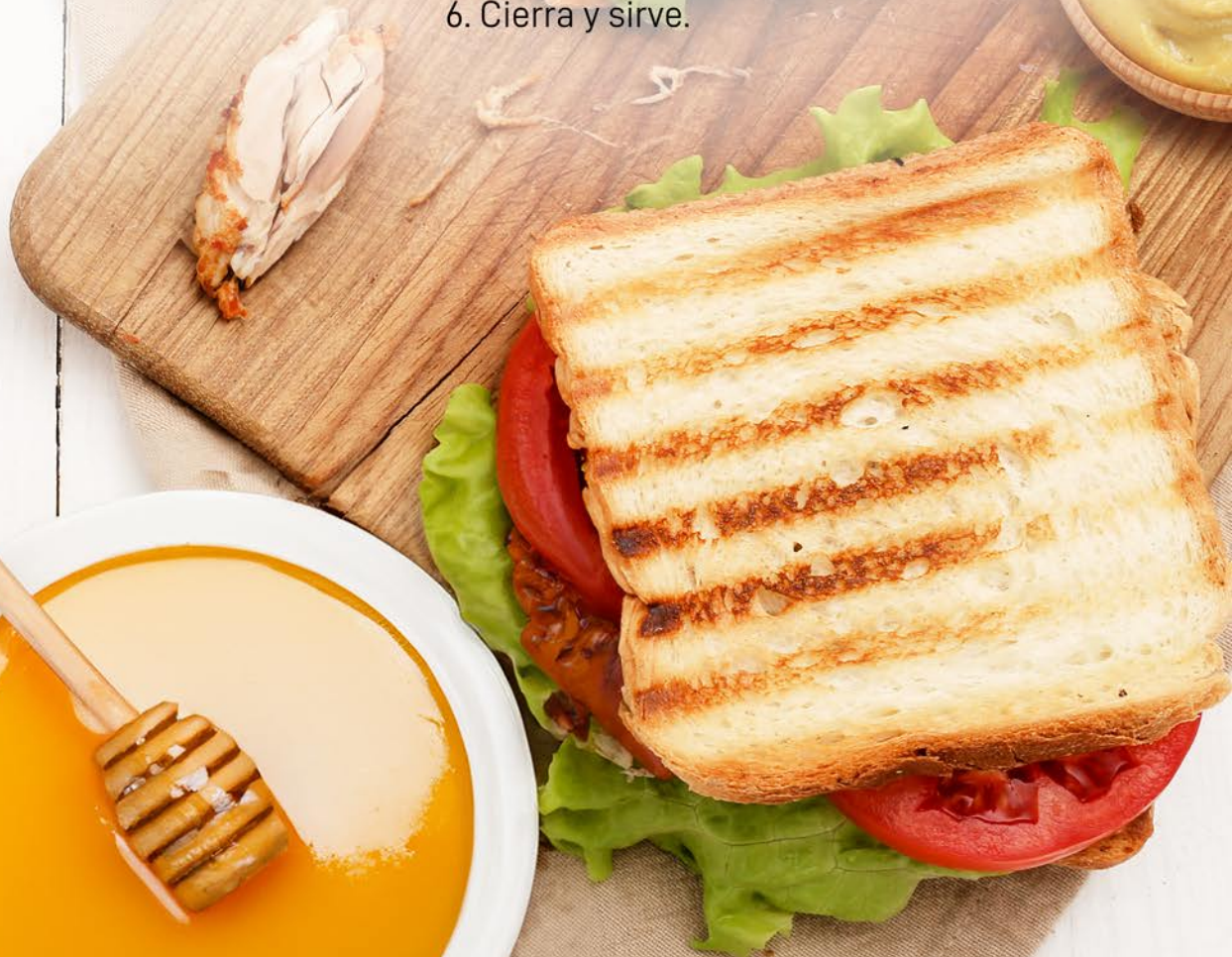
Sándwich de pollo miel y mostaza

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
60 gramos de pechuga de pollo
4 rebanadas de jitomate
1 hoja de lechuga
1 cucharadita de aceite
Cebolla en rodajas
Jugo de limón
1 cucharada de mostaza
1 cucharada de miel de abeja
Ajo en polvo
Sal y pimienta

Procedimiento:

1. En un recipiente coloca el jugo de limón, el ajo, sal y pimienta y revuelve.
2. Marina el pollo por 10 minutos con la mezcla anterior.
3. En un sartén agrega el aceite, la cebolla y el pollo. Una vez que el pollo esté asado, agrega el jitomate en el sartén.
4. En un recipiente mezcla la mostaza con la miel y reserva.
5. Tuesta las rebanadas de pan, unta el aderezo de mostaza y miel en una de las rebanadas, después agrega la hoja de lechuga y el pollo con los jitomates y la cebolla.
6. Cierra y sirve.



Sándwich de atún y huevo

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
1 huevo
½ lata de atún
1 hoja de lechuga
1 cucharadita de mayonesa
4 rebanadas de jitomate

Procedimiento:

1. En un recipiente mezcla el atún con la mayonesa, reserva.
2. Pon a cocer el huevo por 10 minutos. Después colócalo en agua fría para detener la cocción.
3. Pela el huevo y córtalo por la mitad.
4. Tuesta las rebanadas de pan.
5. En una rebanada coloca la lechuga, seguido por las rebanadas de jitomate, el atún y el huevo al final.
6. Cierra el sándwich y sirve.



*imagen de referencia

Postres



Crumble de manzana

Ingredientes para el relleno:

2 manzanas medianas, peladas y cortadas en trozos.
1 cucharada de miel de abeja
1 cucharadita de canela molida
Jugo de limón

Ingredientes para el crumb:

½ taza de migas de Pan Blanco Bimbo
8 nueces picadas
1 cucharada de miel de abeja
1 cucharada de margarina o mantequilla derretida

Procedimiento:

1. Precalienta el horno a 180°C.
2. En un recipiente mezcla las manzanas, la miel, la canela y el jugo de limón. Revuelve hasta integrar.
3. Vierte la mezcla en un molde para hornear engrasado previamente y distribuye de manera uniforme.
4. En un recipiente agrega las migas de pan blanco, las nueces, la miel y la margarina o mantequilla.
5. Agrega las migas de pan sobre la mezcla de manzanas, cubre toda la superficie.
6. Hornea hasta que las migas estén doradas y crujientes y las manzanas estén tiernas.

Mousse de Chocolate

Ingredientes:

50 gramos de chocolate amargo
¼ taza de crema de coco
1 cucharadita de cacao sin azúcar
¼ cucharadita de extracto de vainilla
¼ taza de migas de Pan Blanco Bimbo
½ cucharadita de margarina derretida.

Procedimiento:

1. Derrite el chocolate en el microondas en intervalos de 30 segundos, revolviendo regularmente para evitar que se queme.
2. En un recipiente pequeño, bate la crema de coco con un tenedor hasta que esté suave.
3. Agrega el cacao en polvo y el extracto de vainilla a la crema de coco batida. Mezcla hasta incorporar todos los ingredientes.
4. Incorpora el chocolate derretido a la mezcla anterior, haciendo movimientos envolventes hasta que no queden grumos.
5. Precalienta el horno a 180°C.
6. En un tazón mezcla las migas con la margarina derretida.
7. Extiende las migas en una bandeja para hornear y hornea durante 5 minutos hasta que las migas estén doradas y crujientes.
8. En un vaso coloca el mousse y encima espolvorea las migas de pan.



Torrijas

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
¼ taza de leche light o bebida vegetal
1 huevo
¼ cucharadita de canela en polvo
¼ cucharadita de extracto de vainilla
Aceite en aerosol

Procedimiento:

1. En un recipiente hondo, mezcla la leche o bebida vegetal, la canela y el extracto de vainilla.
2. Remoja las rebanadas de pan en la mezcla.
3. En otro recipiente bate el huevo.
4. En un sartén caliente agrega un poco de aceite.
5. Pasa las rebanadas de pan por el huevo y colócalas en el sartén. Cocina cada lado hasta que estén doradas.
6. Sirve las torrijas calientes con un poco más de canela.



*imagen de referencia

Botanas



Bruschettas de champiñón

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
100 gramos de champiñones
frescos, limpios y cortados en
rodajas finas.

1 diente de ajo picado

1 cucharada de aceite de oliva

½ cucharada de perejil fresco
picado

Queso parmesano rallado

Sal y pimienta al gusto

Procedimiento:

1. Precalienta el horno a 180°C.
2. Parte las rebanadas de pan por la mitad y colócalas en una bandeja para horno y tuéstalas durante 5 minutos o hasta que estén doradas y crujientes.
3. En un sartén, agrega el aceite de oliva y cuando esté caliente, agrega el ajo picado y los champiñones, revuelve ocasionalmente hasta que estén tiernos y dorados. Agrega sal y pimienta.
4. Sobre las rebanadas de pan, agrega los champiñones y añade el perejil fresco encima.
5. Agrega el queso parmesano y sirve.



Conitos de atún

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
40 gramos de atún fresco
1 cucharada de mayonesa
1 cucharadita de salsa picante
Cebollín
Ajonjolí negro

Procedimiento:

1. Con la ayuda de un rodillo aplana las rebanadas de pan y córtalas por la mitad.
2. Precalienta el horno a 180°C.
3. Utiliza papel aluminio y dale forma de conito al pan
4. Mete los conitos al horno hasta que estén dorados.
5. Pica el atún hasta que quede muy finito y en un recipiente agrégalo junto con la mayonesa y la salsa picante. Revuelve bien.
6. Rellena los conitos con el atún, decora con el cebollín y el ajonjolí y sirve.



Hummus de betabel

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
1 betabel cocido
½ taza de garbanzos cocidos
1 cucharada de tahini
1 cucharada de jugo de limón
1 diente de ajo picado
1 cucharada de aceite de oliva
Sal al gusto

Procedimiento:

1. En una licuadora o procesador de alimentos coloca el betabel, los garbanzos, el tahini, el jugo de limón, el ajo, el aceite de oliva y una pizca de sal.
2. Tritura todos los ingredientes hasta obtener una mezcla homogénea. Puedes agregar agua si la mezcla está muy espesa.
3. Transfiere el hummus a un recipiente para servir.
4. Corta las rebanadas de pan en triángulos y tuéstalos.
6. Sirve el hummus y acompáñalo con el pan.



Guarniciones



Pan con queso y ajo

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
1 cucharada de mantequilla
derretida o aceite de oliva
1 diente de ajo finamente picado
60 gramos de queso mozzarella,
parmesano o manchego rallado
Perejil fresco picado
Sal y pimienta al gusto

Procedimiento:

1. Precalienta el horno a 180°C.
2. Corta las rebanadas de pan en 3 tiras.
3. En un recipiente mezcla la mantequilla o el aceite, con el ajo picado. Agrega sal y pimienta al gusto.
4. Coloca las tiras de pan sobre una bandeja para horno.
5. Unta la mezcla de mantequilla y ajo sobre las tiras.
6. Agrega el queso y el perejil.
7. Hornea hasta que el queso esté derretido, el pan dorado y sirve.



*imagen de referencia

Ejotes almendrados

Ingredientes:

1 rebanada de Pan Blanco Bimbo
100 gramos de ejotes, limpios y cortados
1 cucharada de almendras fileteadas
½ cucharada de aceite de oliva
1 diente de ajo finamente picado
Sal y pimienta al gusto

Procedimiento:

1. Cocina los ejotes en agua hirviendo con sal durante 7 minutos o hasta que estén tiernos; Escúrrelos y reserva.
2. Tuesta las rebanadas de pan y luego, córtalas en cubos para hacer crotones.
3. En un sartén agrega el aceite de oliva, añade el ajo picado, después las almendras y espera a que se doren ligeramente. Revuelve con frecuencia para evitar que se quemen.
4. Agrega los ejotes al sartén y saltea todo junto.
5. Incorpora los cubos de pan al sartén y mezcla bien.



Ensalada verde

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco Bimbo
Mezcla de hojas verdes (lechuga, espinaca y arúgula) lavadas y secas
¼ taza de ejotes cocidos
¼ taza de chícharos
¼ aguacate
Vinagreta balsámica: Ajo picado, vinagre balsámico, aceite de oliva, mostaza Dijon, sal y pimienta.

Procedimiento:

1. En un recipiente mezcla todos los ingredientes de la vinagreta hasta integrar.
2. Tuesta las rebanadas de pan y córtalas en cubitos.
3. En un recipiente agrega las hojas verdes, los ejotes, los chícharos y el aguacate.
4. Agrega los crotones y vierte la vinagreta encima.
5. Sirve.



*imagen de referencia

A close-up photograph of a loaf of bread being sliced on a dark wooden surface. A red and white striped cloth is draped over the bread. The text is overlaid on the image in a white, cursive font.

*Aprovecha
el pan duro.
¡No lo tires!*

Pudín de pan

Ingredientes:

1 taza de Pan Blanco duro cortado en cubos pequeños
¼ taza de blueberries
1 huevo
½ taza de leche
Edulcorante de tu elección
¼ cucharadita de extracto de vainilla
Canela

Procedimiento:

1. Precalienta el horno a 180°C.
2. En un recipiente bate el huevo.
3. Agrega la leche, el edulcorante, el extracto de vainilla y la canela al huevo batido y mezcla hasta integrar.
4. Agrega los cubos de pan y las blueberries a la mezcla y remoja durante 10 minutos.
5. Engrasa un molde para horno y vierte toda la mezcla.
6. Hornea hasta que esté dorado.
7. Espolvorea un poco de canela por encima y sirve caliente.

Sopa de cebolla

Ingredientes:

1 rebanada de Pan Blanco duro
cortado en cubos.
1 cebolla cortada en rodajas finas
2 tazas de caldo de verduras
1 taza de espinacas
1 diente de ajo picado
1 cucharadita de aceite de oliva
Sal y pimienta al gusto

Procedimiento:

1. En una olla, agrega el aceite de oliva y el ajo y cocina durante unos minutos.
2. Agrega las rodajas de cebolla y cocina revolviendo ocasionalmente hasta que estén tiernas y doradas.
3. Vierte el caldo de verduras a la olla y espera a que hierva. Baja el fuego y deja cocinar unos minutos más.
4. Precalienta el horno a 180°C.
5. Coloca los cubos de pan en una bandeja para horno y hornéalos hasta que estén dorados.
6. Agrega las espinacas a la olla y cocina por unos minutos más. Agrega sal y pimienta.
7. Sirve la sopa caliente y coloca los crotones encima.



Tiramisú

Ingredientes:

2 rebanadas de Pan Blanco duro
½ taza de café espresso frío
¼ taza de yogurt griego sin azúcar
¼ taza de queso mascarpone bajo en grasa
1 cucharada de miel
½ cucharadita de extracto de vainilla
Cacao en polvo para decorar

Procedimiento:

1. En un recipiente mezcla el yogurt, el queso, la miel y el extracto de vainilla hasta obtener una mezcla homogénea.
2. Moja las rebanadas de pan en el café.
3. En un plato agrega una rebanada de pan, seguido por la mezcla de yogurt. Agrega la otra rebanada de pan y otra capa de la mezcla de yogurt.
4. Mételo al refrigerador por 4 horas.
5. Antes de servir, espolvorea un poco de cacao.



