



# Recetas de Mug cake para un súper día



# // Mug cake de queso

## // Ingredientes para taza de 250-300ml



DIFICULTAD:  
FÁCIL



TIEMPO DE ELABORACIÓN:  
15 MINUTOS



⚡  
ES IMPORTANTE  
TENER CUIDADO  
Y NO PASARSE DE  
COCCIÓN, PARA QUE  
EL BIZCOCHO  
QUEDE JUGOSO

- 3 CUCHARADAS DE QUESO CREMOSO
- 55 GR. DE HARINA DE REPOSTERÍA
- 1 PIZCA DE LEVADURA EN POLVO (1/4 DE CUCHARADITA)
- 30 GR. DE AZÚCAR (2 CUCHARADAS)
- 1 PIZCA DE SAL
- 45 ML. DE LECHE
- 1 PIZCA DE SAL
- 30 GR. DE ACEITE O MANTEQUILLA DERRETIDA (2 CUCHARADAS)
- 1 CUCHARADA DE MERMELADA DE FRESA

¡VER LOS PASOS! SIG. PÁG

3... 2... 1... ¡COMENZAMOS!



1

Mezclar todos los ingredientes secos en la taza. Te aconsejamos que dejes al menos un par de dedos desde la masa hasta el borde de la taza.

2

Añadir la leche, el queso cremoso tipo Philadelphia y el aceite o la mantequilla derretida y batir hasta que no queden grumos.

3

Añadir la cucharada de mermelada de fresa en el centro de la masa y dejar que caiga por su propio peso.

4

Colocar una servilleta de papel cubriendo el plato del microondas y poner la taza sobre ella (esto es para evitar manchar el plato)

5

Cocinar el mug cake en el microondas durante 2 minutos a velocidad máxima. Si vemos que necesita más tiempo, lo calentamos de 10 en 10 segundos.

6

Un vez que este listo, retirar cuidadosamente del microondas.

MMMMM... ¡SÚPER RICO!

# // Mug cake de yogur

## // Ingredientes para taza de 400ml



DIFICULTAD:  
FÁCIL



TIEMPO DE ELABORACIÓN:  
15 MINUTOS

- 30 GR DE MANTEQUILLA
- 1 HUEVO
- 4 CUCHARADAS DE AZÚCAR
- 3 CUCHARADAS DE YOGUR GRIEGO
- 6 CUCHARADAS DE HARINA
- 1/2 CUCHARADA DE LEVADURA



⚡  
ES IMPORTANTE  
TENER CUIDADO  
Y NO PASARSE DE  
COCCIÓN, PARA QUE  
EL BIZCOCHO  
QUEDE JUGOSO

¡VER LOS PASOS! SIG. PÁG

3... 2... 1... ¡COMENZAMOS!



1

Fundir la mantequilla durante 20 segundos en el microondas. Una vez lista, añadirla a la taza donde vayas a preparar el mug cake.

2

Echar el azúcar y mezclar todo bien hasta conseguir una mezcla homogénea

3

Añade el huevo y bátelo con la mezcla de mantequilla y azúcar hasta que se integre por completo

4

A continuación, añade el yogur griego y sigue mezclando bien.

5

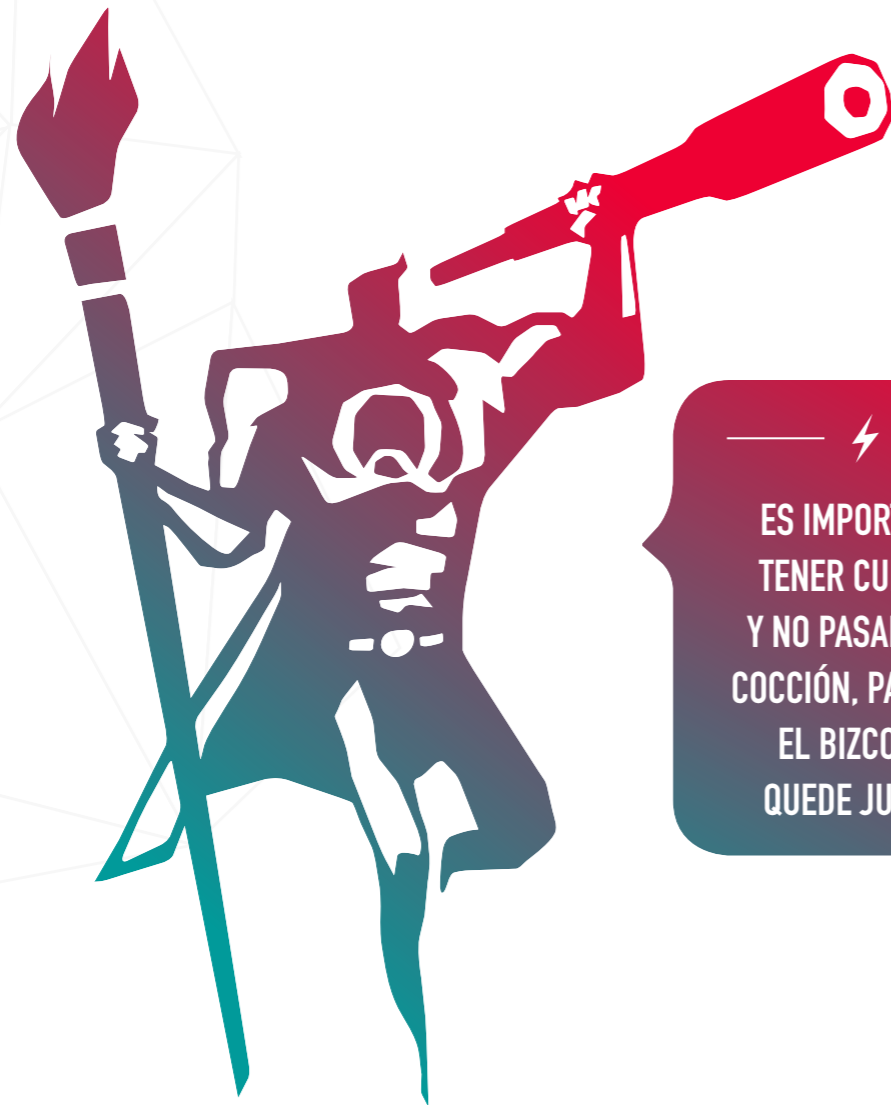
Incorpora la harina, cucharada a cucharada, mientras sigues mezclando con el tenedor y termina con la levadura. Mezcla todo hasta tener una masa homogénea, sin grumos

6

Coloca tu taza en uno de los bordes del plato del microondas (no en el centro) y ponlo durante 2 minutos a máxima potencia (800 – 900 vatios)

MMMMM... ¡SÚPER RICO!

# // Mug cake de fresas y chocolate blanco



⚡

ES IMPORTANTE  
TENER CUIDADO  
Y NO PASARSE DE  
COCCIÓN, PARA QUE  
EL BIZCOCHO  
QUEDE JUGOSO

## // Ingredientes para taza de 250-300ml



DIFICULTAD:  
FÁCIL



TIEMPO DE ELABORACIÓN:  
10 MINUTOS

- 3 CUCHARADAS DE HARINA DE REPOSTERÍA
- 2 CUCHARADAS DE AZÚCAR
- 1 HUEVO
- 1/4 CUCHARA DE LEVADURA
- 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA SUAVE
- 2 CUCHARADAS DE LECHE
- 2 FRESAS
- 2 ONZAS DE CHOCOLATE BLANCO

¡VER LOS PASOS! SIG. PÁG

3... 2... 1... ¡COMENZAMOS!



1

En la misma taza o en un recipiente aparte, se añade el huevo y el azúcar, y se mezcla con un tenedor

2

Incorporamos la harina y la levadura, y lo mezclamos todo

3

Añadimos la leche y el aceite, seguimos mezclando y con una espátula de silicona removemos bien la mezcla

4

Troceamos las fresas y el chocolate. Removemos y metemos en el microondas

5

Lo calentamos a máxima potencia, 2 minutos aproximadamente, si hace falta más tiempo lo ponemos 10 segundos más, pero siempre de poco en pocos segundos para no pasarnos.

6

¡Ya está, listo para comer!

MMMMM... ¡SÚPER RICO!

# // Resultados



**AGRADECIMIENTO:  
INFINITO**



**SONRISAS REPARTIDAS:  
1 MILLÓN Y 3/4 Y MEDIO**



**OBJETIVO:  
PASAR UN BUEN RATO**



**FELICIDAD DE CAPITÁN QUIMERA:  
MÁXIMA**



**Para ser un  
superhéroe no  
hacen falta  
poderes, pero  
sí tener los  
ingredientes  
clave**



Descúbrelo en

[www.todosomossuperheroes.es](http://www.todosomossuperheroes.es)

# // ¿colaboramos?

**IDI Gazeley**  
Brookfield Logistics Properties™

 **Obra Social "la Caixa"**

**Ade**  
Agencia de Innovación, Financiación  
e Internacionalización Empresarial

  
**LLORENTE**  
CORPORACIÓN

  
**agroinnova**

  
**UEMC**

**LIBERALIA**

  
**Junta de  
Castilla y León**

FUNDACIÓN  
**Intras**

  
**DC-SYSTEM**  
IBERICA, S.A.

  
**CLÍNICA DENTAL**  
RECOLETOS CU4TRO

  
**Adsis**

**SERALIA**

**deALBERTO**  
BODEGAS HIJOS DE ALBERTO GUTÉRREZ, S.A.

  
**Aguas de Valladolid**

  
**L A Lino Alonso**

En definitiva desde Capitán Quimera apostamos por:

**Soluciones integradas** dentro de una misma unidad de comunicación que permita a tu empresa una gestión eficiente con el menor trabajo asociado.

Minuciosidad en la **calidad del diseño**, en la **ejecución** de tu proyecto y en el **cumplimiento riguroso de los plazos** con el fin de que se visualicen los valores de tu marca no solo hacia el cliente final sino también a otras esferas de tu público como trabajadores, agentes sociales, e instituciones públicas.

**Contacta con nosotros en:**

[www.capitanquimera.com/contacto](http://www.capitanquimera.com/contacto)

[info@capitanquimera.com](mailto:info@capitanquimera.com)

983 66 00 67



**Capitán Quimera**

comunicación creativa

