Barritas Choco Power con Nesquik Intenso

Prepárate para una receta que no solo está deliciosa, ¡sino que también te va a poner a tope de energía! ¿Buscas un snack que puedas hacer en casa con ingredientes naturales y, además, con el toque irresistible de NESQUIK Intenso? ¡Pues esta es la receta perfecta! Y lo mejor de todo: es tan fácil y divertida que hasta los peques querrán poner las manos en la masa (literalmente).

Así que ponte el delantal y ¡vamos a la cocina!

Ingredientes de Nivel Pro:

- 30 g de NESQUIK Intenso 100% cacao puro natural (¡sí, puro sabor!).
- 60 g de copos de avena integrales
- 25 g de arroz inflado
- 50 g de almendras peladas picadas
- 50 g de avellanas picadas
- 25 g de pipas de calabaza
- 65 g de pasta de dátil puro
- 55 g de crema de cacahuete
- 75 ml de bebida de avena sin azúcares añadidos

Elaboración Paso a Paso:

Vamos con lo crunchy

Primero lo primero: ¡prepara los ingredientes secos! Mezcla en un bol grande los copos de avena, el arroz inflado, las almendras, avellanas y la mitad de las pipas de calabaza. Esta será la base crujiente de tus barritas. Si tienes a los peques cerca, ¡ponlos a mezclar como chefs en entrenamiento!

La magia en la mezcla húmeda

En otro bol, junta la crema de cacahuete, la pasta de dátil y la bebida de avena. Mételo al microondas unos 20-30 segundos para que se mezclen bien y suavicen. Luego, añade los 30 g de NESQUIK Intenso (¡esto le da el toque super choco!) y remueve hasta que se forme una crema irresistible. Tip: deja que los peques se encarguen de mezclarlo, les encantará.

¡Hora de la fusión total!

Añade la mezcla choco-cremosa a los ingredientes secos. Aquí es donde empieza la diversión: ¡mezcla bien! Usa tus manos si es necesario (¡diversión garantizada para los peques!). El objetivo: que cada bocado tenga el equilibrio perfecto de crujiente y suave.

Moldeamos como artistas

Prepara un molde (20x20 cm es ideal) con papel de horno y distribuye la mezcla bien aplastada para que quede compacta. Usa una espátula o una cuchara para dejar la superficie lisa. Para darle más rollo, espolvorea las pipas de calabaza restantes por encima. ¡Look irresistible!

El momento del reposo

Mete el molde en la nevera y deja que repose una hora. Este paso es clave para que las barritas se pongan en su punto. Después de esa hora, sácalo y corta la mezcla en barritas del tamaño que te guste (más grandes si eres de bocados potentes, o más pequeñas para llevar contigo a todas partes).

¡A hornear se ha dicho!

Ahora, precalienta el horno a 150ºC. Hornea las barritas durante 40 minutos. ¡Ojo! Que no se te pasen en los últimos 5 minutos, la idea es que queden doraditas, pero no quemadas

Enfriamos y disfrutamos

Deja que las barritas se enfríen por completo en la bandeja antes de tocarlas. Ya sabes, la paciencia tiene su recompensa: ¡unas barritas perfectas que no se rompen!

Tips Extra de Campeón:

1. Cocina divertida: ¡Hazlo como un juego! Que los niños te ayuden a medir, mezclar, probar (¡con moderación!), y verás cómo se lo pasan genial.
2. Personaliza como un pro: Si te apetece, puedes cambiar las pipas de calabaza por tus frutos

secos favoritos o añadir chips de chocolate. ¡Tú mandas!

3. La nevera es tu amiga: Guarda las barritas en un tupper en la nevera y se mantendrán deliciosas toda la semana. O congélalas si quieres tener stock de energía para cualquier momento.

El toque Nesquik:

Estas Barritas Choco Power no son cualquier snack; llevan el cacao puro de NESQUIK Intenso, lo que las convierte en un chute de sabor choco que te dará energía para todo el día. Perfectas para llevar al cole, al trabajo o disfrutarlas después de entrenar. ¡Porque ser chulo no solo es una actitud, también es un estilo de vida!

¿A qué esperas? ¡Ponte manos a la obra y crea tu propia versión de estas barritas super energéticas!

a disfrutar del proceso de cocinar juntos. ¡Anímate a probar esta deliciosa receta y sorprende a tu familia con un snack hecho en casa!