



Transformando Cacao Transformamos Vidas

11 Recetas de Postres con Chocolate Sin Azúcar



Lista de Capítulos:

- 1.- Brownies de Chocolate con Cacao Ecuatoriano
- 2.- Mousse de Chocolate: Un Postre Refinado
- 3.- Helado de Chocolate Sin Culpa: Un Viaje de Frescura
- 4.- Galletas de Chocolate: Tradición y Innovación
- 5.- Tartaletas de Chocolate: Elegancia Sostenible
- 6.- Pudín de Chocolate: Simplemente Irresistible
- 7.- Bombones de Chocolate: Pequeños Placeres
- 8.- Tarta de Chocolate y Almendras: Una Combinación Perfecta
- 9.- Chocolate Caliente: Reconfortante y Saludable
- 10.- Fondue de Chocolate: Diversión y Dulzura
- 11.- Cupcakes de Chocolate: Pequeñas Delicias
- 12.- La Historia de Chocolate: Transformando Vidas



Introducción

En la Chocolatería **El PesCAo CAO ca0**, sabemos que el verdadero valor del chocolate va más allá de su sabor. Nuestro propósito es transformar vidas, y lo hacemos cooperando con mujeres en condición de vulnerabilidad y movilidad humana. A través de nuestro trabajo, les brindamos herramientas para que desarrollen sus habilidades y logren su independencia económica.

Usamos cacao fino de aroma ecuatoriano, un producto que no solo es de excelente calidad, sino que también tiene el poder de cambiar vidas. Al trabajar directamente con productoras de cacao en Guayaquil, Puerto Quito y Mompiche, no solo aseguramos una calidad excepcional, sino que también apoyamos el desarrollo sostenible de sus comunidades.

Además, capacitamos a mujeres en chocolatería, pastelería, cervecería artesanal y producción de papel semilla, ofreciéndoles la posibilidad de unirse a nuestra línea de trabajo o de iniciar sus propios emprendimientos.

En **El PesCAo CAO ca0**, desarrollamos una gama de productos que reflejan nuestro compromiso con la calidad, la sostenibilidad y el impacto social. Ofrecemos barras de chocolate con diferentes porcentajes de cacao, una línea de bienestar con barras sin azúcar y enriquecidas con superalimentos, y cervezas artesanales maduradas con cacao fino. Nuestra proteína de cacao, maca y colágeno hidrolizado es un producto versátil que se puede usar para hacer postres sin gluten, lácteos ni azúcar. También contamos con la línea de cuidado personal Rosita Brown, que utiliza semielaborados de cacao para promover el autocuidado.

Te invitamos a que seas parte de esta historia de transformación, a que te unas a nosotros en nuestro viaje para construir un mejor país y dejar la huella más dulce: la del chocolate.



Brownies de Chocolate con Cacao en Polvo

Los brownies son un clásico que todos aman. En este capítulo te enseñaremos a hacer brownies deliciosos utilizando cacao fino de aroma ecuatoriano de alta calidad y sin azúcar. Verás cómo esta receta puede adaptarse para incluir ingredientes saludables y cómo la elección del cacao marca la diferencia en el sabor y la textura.

Ingredientes:

- 1 taza de cacao en polvo El PesCAo CAo caO
- 1 taza de stevia
- 1/2 taza de aceite de coco derretido
- 3 huevos grandes
- 1/2 taza de harina de almendra
- 1/4 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/2 taza de nueces picadas (opcional)



Brownies de Chocolate con Cacao en Polvo

Preparación:

Precalentar el horno: Precalienta el horno a 180°C (350°F) y engrasa un molde para hornear de aproximadamente 20x20 cm.

Mezclar ingredientes húmedos: En un tazón grande, bate el aceite de coco derretido, los huevos y el extracto de vainilla hasta que estén bien combinados.

Incorporar ingredientes secos: Añade el cacao en polvo El PescaO CAO CAO, la stevia, la harina de almendra y la sal a la mezcla húmeda. Remueve bien hasta obtener una mezcla homogénea.

Agregar nueces: Incorpora las nueces picadas si decides usarlas.

Verter la mezcla: Vierte la mezcla en el molde preparado y alisa la superficie con una espátula.

Hornear: Hornea durante 20-25 minutos o hasta que un palillo insertado en el centro salga con algunas migajas húmedas.

Enfriar y cortar: Deja enfriar los brownies en el molde antes de cortarlos en cuadrados. Disfruta de estos brownies ricos y saludables, que destacan el sabor único del cacao fino de aroma ecuatoriano.

el PescaO CAO CAO

   @elpescaocaocao
www.chocolateelpescaocaocao.com



Chocolatería
el PescaO
CAO CAO

Mousse de Chocolate: Un Postre Refinado

El mousse de chocolate es un postre que combina suavidad y sofisticación. En este capítulo, aprenderás a preparar una mousse de chocolate sin azúcar que no solo es deliciosa, sino también saludable. Utilizaremos el cacao fino de aroma ecuatoriano como ingrediente principal, destacando su sabor y aroma únicos.

Ingredientes:

- 200 g de chocolate negro El PescaO CAO caO sin azúcar, troceado
- 1/4 taza de cacao en polvo El PescaO CAO caO sin azúcar
- 1/4 taza de stevia en polvo
- 1 taza de crema de leche, bien fría
- 3 claras de huevo
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- Una pizca de sal



Mousse de Chocolate: Un Postre Refinado

Preparación:

Derretir el chocolate: Coloca el chocolate El PescaO CAO caO troceado en un tazón resistente al calor y derrite a baño maría, removiendo hasta que esté completamente suave. Deja enfriar un poco.

Preparar la crema: En un tazón grande, bate la crema de leche fría hasta que se formen picos suaves. Añade el cacao en polvo El PescaO CAO caO y la stevia, y bate hasta que estén bien incorporados.

Batir las claras: En otro tazón, bate las claras de huevo con una pizca de sal hasta que se formen picos firmes.

Mezclar todos los ingredientes: Incorpora el extracto de vainilla al chocolate de El PescaO CAO caO derretido y, luego, mezcla suavemente con la crema batida. Finalmente, añade las claras de huevo batidas, incorporándolas con movimientos envolventes para mantener la aireación.

Enfriar y servir: Vierte la mousse en vasos individuales y refrigera durante al menos 2 horas antes de servir. Decora con un poco de cacao en polvo El PescaO CAO caO o ralladura de chocolate para un toque especial.



el PescaO CAO CAO

f @ @ @ @elpescaocaocao
www.chocolateelpescaocaocao.com

Chocolatería
el PescaO
CAO CAO

Helado de Chocolate Sin Culpa: Un Viaje de Frescura

El helado de chocolate es una delicia que todos disfrutan, pero muchas veces puede ser pesado y lleno de azúcares. En este capítulo, exploraremos cómo hacer un helado de chocolate sin azúcar que no compromete el sabor. Usaremos ingredientes naturales y técnicas sencillas para crear un postre refrescante y saludable.

Ingredientes:

- 2 tazas de leche de almendras
- 1/2 taza de cacao en polvo El PescaO CAO caO sin azúcar
- 1/4 taza de stevia
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/4 taza de chips de chocolate El PescaO CAO caO sin azúcar (opcional)
- Una pizca de sal



Helado de Chocolate Sin Culpa: Un Viaje de Frescura

Preparación:

Mezclar los ingredientes: En una licuadora, combina la leche de almendras, el cacao en polvo El PescaO CAO caO, la stevia, la vainilla y la sal. Licua hasta que la mezcla esté completamente suave.

Congelar: Vierte la mezcla en una máquina para hacer helados y sigue las instrucciones del fabricante. Si no tienes una máquina, puedes verter la mezcla en un recipiente apto para congelador, y remover cada 30 minutos hasta que alcance la consistencia deseada.

Añadir los chips de chocolate: Si decides usar chips de chocolate El PescaO CAO caO, añádelos cuando el helado esté casi listo, y mezcla bien.

Servir: Sirve el helado en tazas o conos, y disfruta de este delicioso postre sin culpa.



Galletas de Chocolate: Tradicción y Innovación

Las galletas de chocolate son un clásico que nunca pasa de moda. En este capítulo, te mostraremos cómo hacer galletas sin azúcar que son crujientes por fuera y suaves por dentro. Utilizaremos ingredientes innovadores para mantenerlas saludables y deliciosas, sin perder el encanto de las galletas tradicionales.

Ingredientes:

- 1 taza de harina de almendra
- 1/2 taza de cacao en polvo El PesCAO CAO caO sin azúcar
- 1/2 taza de stevia
- 1/2 taza de mantequilla, a temperatura ambiente
- 1 huevo grande
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/2 taza de chips de chocolate El PesCAO CAO caO sin azúcar
- 1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio
- 1/4 cucharadita de sal



Galletas de Chocolate: Tradición y Innovación

Preparación:

Precalentar el horno: Precalienta tu horno a 180°C (350°F). Forra una bandeja para hornear con papel pergamino.

Mezclar los ingredientes secos: En un tazón, tamiza la harina de almendra, el cacao en polvo El PescaO CAO caO, el bicarbonato de sodio y la sal. Mezcla bien.

Preparar la masa: En otro tazón, bate la mantequilla hasta que esté suave. Añade la stevia y bate hasta que esté bien incorporado. Agrega el huevo y el extracto de vainilla, y mezcla bien.

 **Incorporar los ingredientes secos:** Añade los ingredientes secos a la mezcla de mantequilla y mezcla hasta obtener una masa homogénea. Incorpora los chips de chocolate.

 **Formar las galletas:** Con una cuchara, coloca porciones de masa en la bandeja preparada, dejando espacio entre cada una para que se expandan.

Hornear: Hornea durante 10-12 minutos o hasta que los bordes estén ligeramente dorados.

Enfriar y disfrutar: Deja enfriar las galletas en la bandeja durante unos minutos antes de transferirlas a una rejilla para que se enfrién completamente. Disfruta de estas galletas deliciosas y saludables.

el PescaO CAO CAO

   @elpescaocaocao
www.chocolateelpescaocaocao.com



Chocolatería
el PescaO
CAO CAO

Tartaletas de Chocolate: Elegancia Sostenible

Las tartaletas de chocolate son un postre que combina la elegancia con la practicidad. En este capítulo, exploraremos cómo crear tartaletas sin azúcar que sean tanto deliciosas como sostenibles. Utilizaremos el cacao fino de aroma ecuatoriano para darle un sabor profundo y característico.

Ingredientes para la masa:

1 1/2 tazas de harina de almendra

1/4 taza de cacao en polvo El PescaO CAO caO sin azúcar

1/4 taza de mantequilla derretida

1/4 taza de stevia

1 cucharadita de extracto de vainilla

Una pizca de sal

Ingredientes para el relleno:

200 g de chocolate negro El PescaO CAO caO sin azúcar, troceado

1/2 taza de crema de coco

1/4 taza de stevia

1 cucharadita de extracto de vainilla

el PescaO CAO CAO

f @ @ @ @elpescaocaocao
www.chocolateelpescaocaocao.com



Chocolatería
el PescaO
CAO CAO

Tartaletas de Chocolate:

Elegancia Sostenible

Preparación:

Preparar la masa: En un tazón, mezcla la harina de almendra, el cacao en polvo El PescaO CAO caO, la stevia y la sal. Añade la mantequilla derretida y el extracto de vainilla, y mezcla hasta formar una masa homogénea.

Formar las bases: Divide la masa en porciones y presiona cada porción en moldes para tartaletas, cubriendo el fondo y los lados de forma uniforme.

Hornear las bases: Precalienta el horno a 180°C (350°F) y hornea las bases durante 10-12 minutos o hasta que estén firmes. Deja enfriar.

Preparar el relleno: En un tazón resistente al calor, combina el chocolate El PescaO CAO caO troceado, la crema de coco y la stevia. Calienta a baño maría, removiendo hasta que el chocolate esté completamente derretido y la mezcla esté suave. Añade el extracto de vainilla.

Rellenar las tartaletas: Vierte el relleno en las bases de tartaletas horneadas y enfría en el refrigerador durante al menos 1 hora antes de servir.



Pudín de Chocolate: Simplemente Irresistible

El pudín de chocolate es un postre reconfortante que nunca pasa de moda. En este capítulo, te mostraremos cómo hacer un pudín sin azúcar que sea cremoso y delicioso, utilizando ingredientes naturales y técnicas simples.

Ingredientes:

- 2 tazas de leche de almendras
- 1/2 taza de cacao en polvo El PescaO CAO caO sin azúcar
- 1/4 taza de stevia
- 1/4 taza de almidón de maíz
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- Una pizca de sal



Pudín de Chocolate: Simplemente Irresistible

Preparación:

Combinar los ingredientes secos: En una cacerola, mezcla el cacao en polvo El PescaO CAO caO, la stevia, el almidón de maíz y la sal.

Añadir la leche: Poco a poco, añade la leche de almendras a la mezcla seca, batiendo constantemente para evitar grumos.

 **Cocinar la mezcla:** Coloca la cacerola a fuego medio y cocina, removiendo constantemente, hasta que la mezcla hierva y espese.

 **Añadir el extracto de vainilla:** Retira del fuego y añade el extracto de vainilla. Remueve bien.

Enfriar y servir: Vierte el pudín en recipientes individuales y refrigera hasta que esté frío. Sirve con un poco de cacao en polvo El PescaO CAO caO o ralladura de chocolate por encima.



Bombones de Chocolate: Pequeños Placeres

Los bombones de chocolate son pequeños bocados de placer que pueden alegrar cualquier ocasión. En este capítulo, aprenderás a hacer bombones sin azúcar que son deliciosos y fáciles de preparar, utilizando ingredientes de alta calidad.

Ingredientes:

-  200 g de chocolate negro El PescaO CAO caO sin azúcar, troceado
-  1/4 taza de crema de almendras
-  1/4 taza de avellanas picadas
-  1/4 taza de stevia

el PescaO CAO CAO

   @elpescaocaocao
www.chocolateelpescaocaocao.com

Chocolatería
el PescaO
CAO CAO



Bombones de Chocolate: Pequeños Placeres

Preparación:

Derretir el chocolate: Coloca el chocolate El PesCAO CAO caO troceado en un tazón resistente al calor y derrite a baño maría, removiendo hasta que esté suave.

Preparar el relleno: En otro tazón, mezcla la crema de almendras, las avellanas picadas y el stevia hasta obtener una mezcla homogénea.

Formar los bombones: Con una cuchara, coloca un poco de chocolate El PesCAO CAO caO derretido en moldes para bombones, cubriendo el fondo y los lados. Añade una pequeña cantidad de relleno en el centro y cubre con más chocolate.

Enfriar y desmoldar: Refrigerera los bombones hasta que estén firmes y desmóldalos con cuidado.

Servir: Disfruta de estos bombones caseros, perfectos para cualquier momento del día.



Tarta de Chocolate y Almendras: Una Combinación Perfecta

La combinación de chocolate y almendras es un clásico que nunca falla. En este capítulo, te enseñaremos a preparar una tarta sin azúcar que destaca por su sabor y textura, utilizando ingredientes frescos y naturales.

Ingredientes para la base:

1 1/2 tazas de almendras molidas

1/4 taza de cacao en polvo El PescaO CAO caO sin azúcar

1/4 taza de mantequilla derretida

 1/4 taza de stevia

1 cucharadita de extracto de vainilla

Una pizca de sal



Ingredientes para el relleno:

200 g de chocolate negro sin azúcar, troceado

1/2 taza de crema de coco

1/4 taza de stevia

1/4 taza de almendras fileteadas

1 cucharadita de extracto de almendra



Tarta de Chocolate y Almendras: Una Combinación Perfecta

Preparación:

Preparar la base: En un tazón, mezcla las almendras molidas, el cacao en polvo El PescaO CAO caO, la stevia y la sal. Añade la mantequilla derretida y el extracto de vainilla, y mezcla bien hasta formar una masa.

Formar la base de la tarta: Presiona la masa en el fondo y los lados de un molde para tartas.

Hornear la base: Precalienta el horno a 180°C (350°F) y hornea la base durante 10-12 minutos o hasta que esté firme. Deja enfriar.

Preparar el relleno: En un tazón resistente al calor, combina el chocolate troceado, la crema de coco y la stevia. Calienta a baño maría, moviendo hasta que el chocolate esté completamente derretido y la mezcla esté suave. Añade el extracto de almendra.

Rellenar la tarta: Vierte el relleno sobre la base de la tarta y espolvorea con almendras fileteadas.

Enfriar y servir: Refrigera la tarta durante al menos 1 hora antes de servir. Disfruta de esta deliciosa combinación de sabores.



Chocolate Caliente: Reconfortante y Saludable

El chocolate caliente es un clásico reconfortante, perfecto para días fríos o para relajarse después de un largo día. En este capítulo, te enseñaremos a preparar un chocolate caliente sin azúcar, utilizando cacao fino de aroma ecuatoriano, que te brindará calidez y sabor sin comprometer tu salud.

Ingredientes:

2 tazas de leche de almendras

1/4 taza de cacao en polvo El PescaO CAO caO sin azúcar

1/4 taza de stevia

1 cucharadita de extracto de vainilla

1/2 cucharadita de canela en polvo

Una pizca de sal



Chocolate Caliente: Reconfortante y Saludable

Preparación:

Calentar la leche: En una cacerola mediana, calienta la leche de almendras a fuego medio hasta que esté tibia, pero no hirviendo.

Añadir los ingredientes secos: Añade el cacao en polvo El PescaO CAO caO, la stevia, la canela y la sal. Bate bien hasta que los ingredientes estén completamente incorporados y la mezcla esté suave.

Cocinar: Continúa cocinando a fuego medio, removiendo constantemente, hasta que el chocolate caliente esté bien caliente y ligeramente espeso.

Añadir la vainilla: Retira del fuego y añade el extracto de vainilla. Mezcla bien.

Servir: Vierte el chocolate caliente en tazas y, si lo deseas, decora con un poco de canela o cacao en polvo El PescaO CAO caO por encima. Disfruta de este reconfortante y saludable chocolate caliente.



Fondue de Chocolate: Diversión y Dulzura

La fondue de chocolate es una forma divertida y deliciosa de disfrutar el chocolate con amigos y familia. En este capítulo, aprenderás a hacer una fondue sin azúcar que es perfecta para compartir, utilizando frutas frescas y otros acompañamientos.

Ingredientes:

200 g de chocolate negro El PescaO CAO caO sin azúcar, troceado

1/2 taza de crema de coco

1/4 taza de stevia

1 cucharadita de extracto de vainilla

Frutas frescas (fresas, plátanos, manzanas) para acompañar

Otros acompañamientos (trozos de bizcocho, galletas sin azúcar)



Fondue de Chocolate: Diversión y Dulzura

Preparación:

Derretir el chocolate: Coloca el chocolate El PescaO CAO caO troceado en un tazón resistente al calor junto con la crema de coco y la stevia. Derrite a baño maría, removiendo hasta que esté suave.

Añadir la vainilla: Una vez derretido, añade el extracto de vainilla y mezcla bien.

Mantener caliente: Transfiere la mezcla de chocolate a una olla de fondue y mantenla caliente a fuego bajo.

- **Servir con acompañamientos:** Coloca los acompañamientos alrededor de la olla de fondue y disfruta sumergiéndolos en el chocolate derretido.



Cupcakes de Chocolate: Pequeñas Delicias

Los cupcakes de chocolate son pequeñas delicias que alegran cualquier momento. En este capítulo, aprenderás a hacer cupcakes sin azúcar, utilizando cacao fino de aroma ecuatoriano, que son tanto deliciosos como saludables.

Ingredientes:

1 taza de harina de almendra

 1/4 taza de cacao en polvo El PescaO CAO caO sin azúcar

1/2 taza de stevia

1/4 taza de aceite de coco derretido

 2 huevos grandes

 1/2 taza de leche de almendras

1 cucharadita de extracto de vainilla

1 cucharadita de polvo para hornear

 1/4 cucharadita de sal



Cupcakes de Chocolate: Pequeñas Delicias

Preparación:

Precalentar el horno: Precalienta el horno a 180°C (350°F) y prepara un molde para cupcakes con papel para hornear.

Mezclar los ingredientes secos: En un tazón, mezcla la harina de almendra, el cacao en polvo El PescaO CAO caO, la stevia, el polvo para hornear y la sal.

Mezclar los ingredientes húmedos: En otro tazón, bate el aceite de coco, los huevos, la leche de almendras y el extracto de vainilla hasta que estén bien combinados.

Combinar las mezclas: Añade los ingredientes secos a la mezcla de ingredientes húmedos y mezcla hasta obtener una masa homogénea.

Rellenar los moldes: Vierte la masa en los moldes para cupcakes, llenándolos hasta 2/3 de su capacidad.

Hornear: Hornea durante 18-20 minutos o hasta que un palillo insertado en el centro salga limpio.

Enfriar y decorar: Deja enfriar los cupcakes antes de decorar con crema batida sin azúcar o frutas frescas.



La Historia del Chocolate: Transformando Vidas

En la Chocolatería el pesCAo CAo caO, el chocolate transforma vidas. Fundada por Caro Cantor desde el 2018, en la chocolatería trabajamos cooperando con mujeres en vulnerabilidad y movilidad humana, usando el cacao fino de aroma ecuatoriano como base de nuestra misión, reflejando un compromiso con la excelencia y el cambio social.

Buscamos crear un impacto positivo combinando pasión, calidad, rentabilidad y sostenibilidad. Los casos de éxito como Edy Benavides, quien fundó un negocio de productos vegetal; María Cornelia, que superó la discriminación; y Noemí, que sostiene a su familia gracias a las habilidades adquiridas.

Ofrecemos productos como barras de chocolate sin azúcar, cervezas artesanales y proteína de cacao con maca y colágeno. Su línea de cuidado personal, Rosita Brown, promueve el autocuidado desde el amor propio.

La chocolatería planeamos expandir nuestra influencia, capacitar a más mujeres y construir un país más dulce e inclusivo. Cada chocolate es testimonio de nuestro compromiso con el cambio positivo.

