

Receta de biónico de fruta Mexicano

El **biónico** es conocido en México como un **aperitivo** que consigues en puestos de comida callejeros, es muy fácil de hacer y es ideal para refrescar la temperatura, **ya que se sirve frío y con muchas frutas tropicales** que tienen líquido dulce, puedes hacer esta receta fácilmente en casa si te apetece o si necesitas un plato fácil para ofrecer a tus amigos e invitados.

[VER VIDEO PASO A PASO AQUÍ ▶](#)


[Descargar Receta Gratis](#)

¿Cómo hacer receta de biónico de fruta?

El **plato de biónico se puede servir en tazas**, copas, platos o tazones pequeños en los que además pueda notarse su color y capas de fruta, ya que esta se adorna a medida que se va integrando en el tazón, **colocando solo capas cortas seguidas de crema**, puedes saltarte el paso de decoración y servir solo una porción de cada mezcla revuelta en un recipiente pequeño, con un tenedor chico y frío.

Información Nutricional

1. Categoría: Postres

2.  **Cocina: Mexicanas**
3. **Preparación: 20 minutos**
4. **Cocción: 0 minutos**
5. **Calorías: 300 Kcal**
6. **Raciones: 4 personas**

Pasos para hacer Receta en Estados Unidos



Marca para Resaltar Ingredientes y Preparación

Ingredientes

- 1 taza de fresas
- 1 taza de papaya
- 1 taza de melón
- 1/4 taza de pacanas picadas
- 2/3 taza de yogurt
- 1 taza de piña
- Miel
- 1/3 leche condensada taza
- Crema agria 1/3 taza
- Miel
- 1/4 taza de granola
- Vainilla 1 cucharadita
- 1/4 taza de pasas

Preparación

- **Paso 1:** Mezclar los ingredientes picados pequeños en un recipiente limpio y amplio, mezclando suavemente la fruta para que no se triture, llevar al congelador unos minutos para mantenerla fresca.
- **Paso 2:** Colocar en un tazón pequeño el yogur, leche condensada y la crema agria, saborear con vainilla una cucharadita y mezclar para incorporar los ingredientes bien.
- **Paso 3:** Agrega a las frutas dos cucharadas de la mezcla o más de ser necesaria para servir, verter dos cucharadas de mezcla en un tazón luego una cucharada de las frutas y cubrir o decorar con granola.
- **Paso 4:** Colocar en recipiente transparente o de vidrio para que pueda notarse cada capa de este postre, puedes añadir partes de mezcla no batida, es decir, una cucharada de leche condensada, seguida de crema agria o de granola, lo importante será dejar capaz y frutas de tu gusto.
- **Paso 5:** Puedes añadir miel encima al finalizar todas las capas para poder darle un toque más dulce, aunque esta es opcional y no realmente necesaria ya que la preparación queda bastante dulce.

Recomendación

Puedes elegir cuáles frutas añadir a la receta, se recomienda usar aquellas de consistencia semi dura, que al mezclarse no se vuelvan una pasta, la papaya por ejemplo puede ser bastante suave y destruirse con facilidad, esta puede cortarse en trozos más grandes que el resto de las frutas, también puedes

añadir algunas ácidas siempre que no sean más que la cantidad de frutas dulces.

Datos curiosos

Esta receta puede servirse con queso cottage rociado encima y con miel o yogur, mezclando estos en la crema fría con la que se mezclara la fruta antes de llevar a refrigerar, puedes dejar unos minutos en el congelador antes de servir.

Recetas relacionadas

[Receta de flan de calabaza](#)

La calabaza es una hortaliza de corteza dura y una pulpa de color naranja. La corteza, dependiendo del lugar de su cosecha, varía en tonalidades que van desde verde oscuro a naranja. Es muy popular para los postres porque aporta ...

[Leer Más](#)

[Receta de Alcitrones Hondureños](#)

Los alcitrones hondureños son un postre muy típico de este país, específicamente de la zona central. Los turistas suelen comprar este dulce en su visita por la zona, y nadie quiere irse sin probarlo. ¿Cómo hacer alcitrones hondureños? Los alcitrones ...

[Leer Más](#)

[Receta de Bizcocho para Tortas Chilenos](#)

El bizcocho para torta encabeza la lista de postres preferidos para los chilenos, ya que su versatilidad en el relleno lo hace perfecto para combinar varios sabores o disfrutarlo en su versión tradicional. Además, es ideal para cualquier ocasión y

...

[Leer Más](#)

Receta de Borrachitos: Un Clásico Irresistible

¿Buscas un postre tradicional y delicioso para endulzar tus sobremesas? ¡No busques más! Te presentamos la receta de Borrachitos, esos pequeños bizcochos empapados en almíbar y ron que son todo un clásico en las pastelerías. Prepara estos deliciosos bocaditos en ...

[Leer Más](#)

Receta de Semitas Hondureñas

En Honduras suelen consumir un pan delicioso y muy fácil de preparar conocido como semita. Este pan tiene un sabor más bien dulce y se puede preparar con diferentes tipos de harina. ¿Cómo hacer semitas hondureñas? Las semitas se preparan ...

[Leer Más](#)

[Receta de arroz con leche Estilo mexicano de la Abuela](#)

La receta de arroz con leche mexicano es un postre dulce que se prepara con rapidez y pocos ingredientes, lo más importante es contar con arroz y leche condensada, te enseñamos cómo hacerlo a continuación: ¿Cómo hacer de arroz con ...

[Leer Más](#)