

20

Sugerencias con

Doral

para una mejor
aceptación vía oral



DESCARGAR

Este producto no es un medicamento, el consumo de este producto es responsabilidad de quien lo usa y de quien lo recomienda.

MIGH[®]
INTERNATIONAL DISTRIBUTION

Doral

MODO DE PREPARACIÓN



1

Verter 350 ml de agua en la licuadora. Para una mejor consistencia puede agregar hielo



2

Añada 13 medidas del dosificador de 8.5 g que contiene la lata, mezcle a baja velocidad durante 30 segundos



3

Servir inmediatamente para su consumo y refrigere el restante



MIGH[®]
INTERNATIONAL DISTRIBUTION

Este producto no es un medicamento, el consumo de este producto es responsabilidad de quien lo usa y de quien lo recomienda.

GELATINA DORAL HPT DE FRESA

INGREDIENTES



- 1 ½ tazas de fresas previamente desinfectadas y picadas
- 70 g de gelatina de fresa en polvo (4.5 cucharadas soperas)
- 13 porciones de Doral HPT (110.5 g)

PREPARACIÓN



- 1.- Disolver bien la gelatina de fresa en 125 ml de agua caliente
- 2.- Ya caliente, agregar la preparación de la gelatina a la licuadora
- 3.- Agregar Doral HPT a la licuadora
- 4.- Agregar las fresas a la licuadora
- 5.- Licuar todo por 50 segundos
- 6.- Verter en un molde y dejar enfriar a temperatura ambiente
- 7.- Refrigerar hasta que solidifique y tenga la consistencia deseada
- 8.- Servir media ración y el resto volver a refrigerar

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

| | |
|--------------------------------------|----------|
| Total raciones: 2 | (1 taza) |
| Información nutrimental por porción: | |
| 1 porción | 1.1 taza |
| Kcal | 427 |
| Proteínas | 11.3 g |
| Carbohidratos | 76.4 g |
| Lípidos | 11.2 g |
| Potasio | 163.1 mg |
| Sodio | 127.0 mg |



Doral

GELATINA DORAL HPT DE MANZANA

INGREDIENTES



- 1 taza de manzana picada (puede pelarse previamente)
- 70 g de gelatina de manzana en polvo (4.5 cucharadas soperas)
- 13 porciones de Doral HPT (110.5 g)

PREPARACIÓN



- 1.- Disolver bien la gelatina de manzana en 125 ml de agua caliente
- 2.- Ya caliente, agregar la preparación de la gelatina a la licuadora
- 3.- Agregar Doral HPT a la licuadora
- 4.- Agregar la manzana picada a la licuadora
- 5.- Licuar todo de 40 a 50 segundos
- 6.- Verter en un molde y dejar enfriar a temperatura ambiente
- 7.- Refrigerar hasta que solidifique y tenga la consistencia deseada
- 8.- Servir 1 ración y el resto volver a refrigerar

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

| | |
|---|-----------------|
| Total raciones: 2 | (1 taza) |
| Información nutrimental por porción: | |
| 1 ración | 1 taza |
| Kcal | 431 |
| Proteínas | 10.7 g |
| Carbohidratos | 78.2 g |
| Lípidos | 11.1 g |
| Potasio | 178.1 mg |
| Sodio | 86.4 mg |



Doral

GELATINA DORAL HPT DE MANGO CON CHÍA

INGREDIENTES



- 1 taza de mango picado
- 70 g de gelatina de mango en polvo (4.5 cucharadas soperas)
- 5 g de chía (1 cucharadita)
- 13 porciones de Doral HPT (110.5 g)

PREPARACIÓN



- 1.- Disolver bien la gelatina de mango en 125 ml de agua caliente
- 2.- Ya caliente, agregar la preparación de la gelatina a la licuadora
- 3.- Agregar Doral HPT a la licuadora
- 4.- Agregar el mango picado y la chía a la licuadora
- 5.- Licuar todo de 40 a 50 segundos
- 6.- Verter en un molde y dejar enfriar a temperatura ambiente
- 7.- Refrigerar hasta que solidifique y tenga la consistencia deseada
- 8.- Servir 1 ración y el resto volver a refrigerar

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

| | |
|--------------------------------------|----------|
| Total raciones: 2 | (1 taza) |
| Información nutrimental por porción: | |
| 1 ración | 1 taza |
| Kcal | 433 |
| Proteínas | 11.14 g |
| Carbohidratos | 79.29 g |
| Lípidos | 11.94 g |
| Sodio | 163.5 mg |



Doral

DORAL HTP ARROZ INTEGRAL CON LECHE DE AVENA

INGREDIENTES



- 300 ml de leche de avena
- 60 g de arroz integral (1/3 de taza)
- Cáscara muy delgada de 1/2 limón (quitar la parte blanca para no amargar)
- Canela en polvo
- 110.5 g de Doral HPT (13 medidas)

PREPARACIÓN



1. Colocar en una cacerola el arroz integral cubierto con agua
2. Cocer durante 10 minutos
3. Una vez pasado el tiempo, escurrir
- 4.- En otra cacerola mezclar:
 - Los 330 ml de leche de avena
 - La cáscara rallada del 1/2 limón
 - El arroz previamente preparado y escurrido
5. Remover todo lentamente con una espátula de madera
6. Cocer a fuego lento otros 10 minutos, mínimo
7. Seguir cociendo hasta que quede cremosa la mezcla
8. Retirar del fuego
9. Agregar las 13 medidas de Doral HPT y mezclar bien (agregar lentamente, medida a medida, esparciendo en toda la cacerola hasta que se disuelva y quede sin grumos)
10. Servir en 2 bowls individuales o tazas
11. Espolvorear con canela en polvo cada uno



**Se recomienda consumir 1 ración
en la mañana y otra por la tarde**

Doral

Total raciones: 2 (1 taza)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|--------|
| 1 ración | 1 taza |
| Kcal | 355.5 |
| Proteínas | 10.3 g |
| Carbohidratos | 53.1 g |
| Lípidos | 12.2 g |
| Fibra | 0.9 mg |
| Sodio | 6.3 mg |

GUACAMOLE DORAL HPT

INGREDIENTES



- 8 cucharadas (122 g) de aguacate (2 aguacates medianos sin cáscara y hueso)
- 100 ml de leche de avena
- 30 ml de jugo de limón (6 cucharaditas)
- 13 porciones de Doral HPT (110.5 g)

PREPARACIÓN



- 1.- Poner las 8 cucharadas de aguacate en un recipiente y aplastar firmemente con una cuchara hasta obtener la consistencia adecuada
- 2.- Agregar los 100 ml de leche de avena y mezclar
- 3.- Agregar los 30 ml de jugo de limón y seguir mezclando
- 4.- Agregar, esparciendo, 6 medidas de Doral HPT y mezclar
- 5.- Repetir el paso anterior, ahora con las 7 medidas de Doral HPT restantes hasta que queden bien integradas, sin grumos
- 6.- Consumir inmediatamente

* Se recomienda consumir el total de la preparación en la comida o, si lo prefiere, la mitad a mediodía y la otra parte en la comida o a media tarde (la parte que no se consuma en el momento, guardarla en un recipiente con tapa y refrigerar). Consumir el mismo día o desechar el sobrante.



Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

Total raciones: 1 (352.5 g/1.5 tazas)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.5 tazas |
| Kcal | 700.6 |
| Proteínas | 19.59 g |
| Carbohidratos | 83.74 g |
| Lípidos | 36.55 g |
| Fibra | 0.13 g |
| Potasio | 623.3 mg |
| Sodio | 783.1 mg |

Doral

LICUADO DE PLÁTANO DORAL HPT

PREPARACIÓN



- 1.- Verter 350 ml de agua en la licuadora. Para una mejor consistencia puede agregar hielo
- 2.- Añada 13 medidas del dosificador de 8.5 g que contiene la lata, mezcle a baja velocidad durante 30 segundos
- 3.- Agregue 1 ½ plátanos medianos a la licuadora
- 4.- Licuar nuevamente de 30 a 50 segundos, según la potencia de su licuadora
- 5.- Servir inmediatamente para su consumo y refrigerar el resto*

*Previo a consumir el resto de la preparación:
Agitar con una cuchara de manera constante de 20 a 30 segundos

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.3 tazas |
| Kcal | 326 |
| Proteínas | 8.63 g |
| Lípidos | 11.16 g |
| Carbohidratos | 53.59 g |
| Fibra | 2.1 g |
| Potasio | 215.4 mg |



Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

LICUADO DE FRESA DORAL HPT

PREPARACIÓN



- 1.- Verter 350 ml de agua en la licuadora. Para una mejor consistencia puede agregar hielo
- 2.- Añada 13 medidas del dosificador de 8.5 g que contiene la lata, mezcle a baja velocidad durante 30 segundos
- 3.- Agregar 1 taza de fresas previamente picadas a la licuadora
- 4.- Licuar nuevamente de 30 a 50 segundos, según la potencia de su licuadora
- 5.- Servir inmediatamente para su consumo y refrigere el resto*

*Previo a consumir el resto de la preparación:
Agitar con una cuchara de manera constante de 20 a 30 segundos

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.3 tazas |
| Kcal | 280.5 |
| Proteínas | 8.28 g |
| Lípidos | 11.27 g |
| Carbohidratos | 41.34 g |
| Fibra | 1.65 g |
| Potasio | 127 mg |



Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

Doral

LICUADO DE MANZANA DORAL HPT

PREPARACIÓN



- 1.- Verter 350 ml de agua en la licuadora. Para una mejor consistencia puede agregar hielo
- 2.- Añada 13 medidas del dosificador de 8.5 g que contiene la lata, mezcle a baja velocidad durante 30 segundos
- 3.- Agregar 1 taza de manzana picada a la licuadora
- 4.- Licuar nuevamente de 30 a 50 segundos, según la potencia de su licuadora
- 5.- Servir inmediatamente para su consumo y refrigere el resto*

*Previo a consumir el resto de la preparación:
Agitar con una cuchara de manera constante de 20 a 30 segundos

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 298 |
| Proteínas | 7.23 g |
| Lípidos | 11.17 g |
| Carbohidratos | 46.39 g |
| Fibra | 2 g |
| Potasio | 86.4 mg |



Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

LICUADO DE DURAZNO DORAL HPT

PREPARACIÓN



- 1.- Verter 350 ml de agua en la licuadora. Para una mejor consistencia puede agregar hielo
- 2.- Añada 13 medidas del dosificador de 8.5 g que contiene la lata, mezcle a baja velocidad durante 30 segundos
- 3.- Agregar 3 mitades de duraznos en almíbar escurridos previamente y picados a la licuadora
- 4.- Licuar nuevamente de 30 a 50 segundos, según la potencia de su licuadora
- 5.- Servir inmediatamente para su consumo y refrigere el resto*

*Previo a consumir el resto de la preparación:
Agitar con una cuchara de manera constante de 20 a 30 segundos

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 321.5 |
| Proteínas | 8.48 g |
| Lípidos | 10.87 g |
| Carbohidratos | 51.59 g |
| Fibra | 0 g |
| Potasio | 91.4 mg |
| Sodio | 3.75 mg |



Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

Doral

LICUADO DE MANGO DORAL HPT

PREPARACIÓN



- 1.- Verter 350 ml de agua en la licuadora. Para una mejor consistencia puede agregar hielo
- 2.-Añada 13 medidas del dosificador de 8.5 g que contiene la lata, mezcle a baja velocidad durante 30 segundos
- 3.- Agregar 1 taza de mango picado a la licuadora
- 4.-Licuar nuevamente de 30 a 50 segundos, según la potencia de su licuadora
- 5.- Servir inmediatamente para su consumo y refrigere el resto*

*Previo a consumir el resto de la preparación:
Agitar con una cuchara de manera constante de 20 a 30 segundos



Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 298 |
| Proteínas | 7.23 g |
| Lípidos | 11.17 g |
| Carbohidratos | 46.39 g |
| Fibra | 2 g |
| Potasio | 86.4 mg |

TAMBIÉN PUEDE PREPARARSE CON



PERA



BLUEBERRY



ZARZAMORA



ARÁNDANOS



COMBINACIÓN DE FRUTOS ROJOS

*Previo a consumir el resto de la preparación:
Agítela con una cuchara de manera constante de 20 a 30 segundos.

Doral



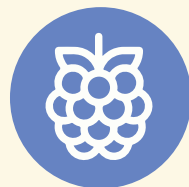
PERA DORAL

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutricional por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 285.5 |
| Proteínas | 8.3 g |
| Lípidos | 11.02 g |
| Carbohidratos | 42.99 g |
| Fibra | 2.7 g |
| Potasio | 9.4 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde



ZARZAMORA DORAL

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutricional por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 291.5 |
| Proteínas | 8.23 g |
| Lípidos | 11.32 g |
| Carbohidratos | 44.19 g |
| Fibra | 2.95 g |
| Potasio | 141.1 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde



BLUEBERRY DORAL

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutricional por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 284.5 |
| Proteínas | 8.08 g |
| Lípidos | 11.07 g |
| Carbohidratos | 42.69 g |
| Fibra | 1.3 g |
| Potasio | 47.3 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

Doral



ARÁNDANOS FRESCOS DORAL

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutricional por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 288 |
| Proteínas | 8.03 g |
| Lípidos | 10.97 g |
| Carbohidratos | 43.94 g |
| Fibra | 3.4 g |
| Potasio | 64.7 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde



ARÁNDANOS SECOS DORAL

Total raciones: 2 (1 taza)

Información nutricional por porción:

| | |
|---------------|---------|
| 1 ración | 1 taza |
| Kcal | 304.5 |
| Proteínas | 7.73 g |
| Lípidos | 11.17 g |
| Carbohidratos | 48.59 g |
| Fibra | 1 g |
| Potasio | 6.5 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde



FRUTOS ROJOS DORAL

Fresa, Arándano fresco y Zarzamora

Total raciones: 2 (1.2 tazas)

Información nutricional por porción:

| | |
|---------------|-----------|
| 1 ración | 1.2 tazas |
| Kcal | 281.33 |
| Proteínas | 8.09 g |
| Lípidos | 11.11 g |
| Carbohidratos | 41.85 g |
| Fibra | 2.27 g |
| Potasio | 88.59 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

Doral



DORAL CHOCOLATE



Total raciones: 2 (490.5 ml) (1.2 tazas)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------------|---------|
| 1 ración (245.2 ml) | 1 taza |
| Kcal | 312.05 |
| Proteínas | 8.33 g |
| Lípidos | 11.25 g |
| Carbohidratos | 48.04 g |
| Fibra | 0.66 g |
| Potasio | 30 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde



DORAL Y JUGO DE MANZANA



Sustituir los 350 ml de agua por jugo de manzana, al inicio de la preparación

Total raciones: 2 (1 taza)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|---------|
| 1 ración | 1 taza |
| Kcal | 304.5 |
| Proteínas | 7.73 g |
| Lípidos | 11.17 g |
| Carbohidratos | 48.59 g |
| Fibra | 1 g |
| Potasio | 6.5 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde



DORAL Y JUGO DE DURAZNO



Sustituir los 350 ml de agua por jugo de durazno, al inicio de la preparación

Total raciones: 2 (1 taza)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|---------|
| 1 ración | 1 taza |
| Kcal | 304.5 |
| Proteínas | 7.73 g |
| Lípidos | 11.17 g |
| Carbohidratos | 48.59 g |
| Fibra | 1 g |
| Potasio | 6.5 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde

Doral



DORAL Y JUGO DE ARÁNDANO

Sustituir los 350 ml de agua por jugo de arándano, al inicio de la preparación

Total raciones: 2 (1 taza)

Información nutrimental por porción:

| | |
|---------------|---------|
| 1 ración | 1 taza |
| Kcal | 304.5 |
| Proteínas | 7.73 g |
| Lípidos | 11.17 g |
| Carbohidratos | 48.59 g |
| Fibra | 1 g |
| Potasio | 6.5 mg |

Se recomienda consumir 1 ración en la mañana y otra por la tarde



Doral

Doral



Para cualquier duda referente al producto comuníquese a nuestra línea de atención a clientes: Tel. (+52) 381 690 1254 y (+52) 381 6901 454.

México: contacto@migh.com.mx

Costa Rica: a.clientes@migh.cr

Colombia: a.clientes@migh.co

España: a.clientes@migh.es

Perú: a.clientes@migh.pe