

BONO 1

Gomitas de Belleza *sin azúcar*

Los endulzantes que funcionan, cómo lograr la textura justa y 15 recetas sin azúcar agregada para tus clientas que se cuidan.



15 recetas

Equivalencias

Textura perfecta

GOMITAS DE BELLEZA · MARCELA BENÍTEZ

Lo que hay adentro

Bono 1 • Gomas de Belleza Sin Azúcar

Qué hace el azúcar en la goma (y qué pasa cuando la sacás)

Los cinco endulzantes que vas a usar

Tabla de equivalencias

Ajustes de textura sin azúcar

El método base sin azúcar, paso a paso

Cómo presentarlas para clientas que cuidan el azúcar

Las 15 recetas sin azúcar

Receta 1 — Frutilla y vainilla

Receta 2 — Limonada rosa

Receta 3 — Mandarina

Receta 4 — Pomelo rosado

Receta 5 — Frutos del bosque y menta

Receta 6 — Manzana y canela

Receta 7 — Chai de rooibos

Receta 8 — Mango y maracuyá (pulpa hervida)

Receta 9 — Uva y lavanda

Receta 10 — Sandía y lima

Receta 11 — Durazno y té verde

Receta 12 — Cereza y cacao

Receta 13 — Naranja y zanahoria

Receta 14 — Arándano y limón

Receta 15 — Coco y frutilla

Para cerrar: tu línea sin azúcar, lista

A white ceramic bowl filled with frozen fruit gummies, including raspberries and orange slices, sits on a wooden surface. Fresh raspberries, blackberries, blueberries, and orange slices are scattered around the bowl. The background shows a window with natural light.

BONO 1 • SIN AZÚCAR

Bono 1 • Gomitas de Belleza Sin Azúcar

Este bono lo escribí porque me lo pidieron mis propias clientas. Primero fue una vecina que cuida el azúcar desde hace años, después la mamá de una nena del barrio, después una profe de gimnasia que me encargó tres frascos para sus alumnas. Las tres me dijeron lo mismo: «Marce, me encantan, pero ¿no las podés hacer sin azúcar?».

Se puede, y quedan riquísimas. Hay que entender un par de cosas, porque el azúcar en una gomita no está solo para endulzar: también le da cuerpo, brillo y esa mordida blandita. Cuando lo sacás, tenés que reemplazar esas tres cosas. Acá te cuento cómo lo hago yo, qué endulzante uso para cada sabor y te dejo 15 recetas nuevas, distintas de las del curso, para que tengas una línea «sin azúcar agregada» lista para vender.

Qué hace el azúcar en la gomita (y qué pasa cuando la sacás)

En la base del curso trabajamos con cuatro ingredientes: líquido, gelatina sin sabor, colágeno hidrolizado y endulzante. Cuando el endulzante es azúcar o miel, pasan tres cosas a la vez:

- **Endulza**, claro.
- **Suma sólidos**. El azúcar ocupa lugar dentro de la gomita. Por eso una gomita con azúcar se siente más «llena» y menos acuosa.
- **Retiene humedad**. Ayuda a que la gomita quede blanda varios días y no se ponga dura como goma de borrar.

Los endulzantes intensos (stevia, sucralosa) endulzan muchísimo con unas gotas, pero no suman sólidos ni retienen humedad. Si hacés la receta del curso y solo cambiás el azúcar por gotas de stevia, la gomita te va a salir más firme, más «gelatinosa» y con gusto más aguado. No está mal, pero no es la gomita que queremos vender.

Por eso en este bono trabajo casi siempre con **una mezcla**: un endulzante que aporta cuerpo (eritritol, alulosa o xilitol) más unas gotas de uno intenso (stevia o sucralosa) para llegar al dulzor justo sin cristalizar.

Los cinco endulzantes que vas a usar

Todos se consiguen en dietéticas, en algunos supermercados grandes y en Mercado Libre. Te cuento cómo se portan dentro de una gomita, que es lo que a nosotras nos importa.

Eritritol

Es un polialcohol que viene en cristales blancos, parecido al azúcar común. Endulza más o menos un 70 % de lo que endulza el azúcar. Deja una sensación fresquita en la boca, como cuando comés un caramelo de menta, que en sabores cítricos queda bárbaro y en sabores tipo chai o cacao se nota un poco más.

Su único detalle: **cristaliza**. Si ponés mucho, a los dos o tres días te aparecen puntitos blancos en la superficie de la gomita, como escarcha. No es que se echó a perder, es el eritritol que vuelve a armarse en cristales. Para que no pase:

- No pases de **30 g cada 250 ml de líquido**.
- Disuélvelo siempre en el líquido caliente (65-70 °C) y revolvé hasta que la mezcla quede transparente, sin granitos.
- Combinalo con unas gotas de stevia o sucralosa para llegar al dulzor sin subir la cantidad.
- Si podés, molelo antes en el molinillo de café: el eritritol fino se disuelve más rápido.

Precio de referencia: 500 g ≈ \$8.000-11.000 en dietética.

Alulosa

Es un azúcar «raro» que existe en poquitas frutas (higos, pasas). Endulza también un 70 % del azúcar, tiene un gusto muy limpio, casi igual al azúcar, y **no cristaliza**. Además retiene humedad, así que te deja la gomita blanda y brillante. Es mi preferida para la textura.

Lo que tiene: es más cara y no la vas a encontrar en todos lados; casi siempre la conseguís por Mercado Libre. También hace que la gomita quede un poquito más pegajosa, por eso con alulosa el curado al aire es obligatorio.

Precio de referencia: 250 g ≈ \$14.000-19.000.

Stevia

Viene en gotas, en sobrecitos o en polvo puro. Endulza muchísimo: unas gotas reemplazan cucharadas de azúcar. No aporta cuerpo y tiene un problema conocido: **si te pasás, deja**

regusto amargo, parecido al regaliz. En gomitas ácidas (limón, maracuyá, pomelo) el regusto se tapa bastante. En sabores suaves (coco, vainilla) se nota más.

Mi regla: nunca más de **8 gotas cada 250 ml** y siempre acompañada de eritritol o alulosa.

Sucralosa

Viene casi siempre en gotas (el edulcorante líquido de supermercado que tenés en la heladera suele ser sucralosa, o sucralosa con stevia; fijate el envase). Endulza unas 600 veces más que el azúcar, aguanta bien el calor y **casi no deja regusto**. Es la más fácil de usar y la más barata.

Igual que la stevia, no aporta cuerpo. Se usa en gotas o en cucharaditas, según la marca. Como cada marca tiene una concentración distinta, probá siempre la mezcla antes de volcar en el molde.

Xilitol

Otro polialcohol, en cristales. Endulza **igual que el azúcar**, uno a uno, y tiene esa misma sensación fresca del eritritol, un poco más suave. También cristaliza si te pasás, aunque menos que el eritritol.

*Algo que te pido que sepas y que le cuentes a tus clientas: **el xilitol es muy tóxico para los perros** (y también para los gatos). Una gomita con xilitol que se cae al piso y se come el perro puede ser una urgencia veterinaria. Si tenés mascotas en casa, guardalo bien arriba, y si vendés gomitas con xilitol, ponelo bien claro en la etiqueta: «Contiene xilitol. Mantener fuera del alcance de perros y gatos». A muchas clientas les encanta que se lo avises, les demuestra que sabés lo que hacés.*

Por eso en las recetas de este bono uso xilitol solo en una, y siempre con este aviso.

Tabla de equivalencias

Esta tabla te sirve para reemplazar los 60 g de azúcar o miel que lleva la base del curso cada 250 ml de líquido. Las gotas son orientativas: las marcas cambian, así que probá siempre.

Endulzante	Dulzor vs. azúcar	Para reemplazar 60 g de azúcar	¿Cristaliza?	¿Deja regusto?	Aporta cuerpo
Eritritol	70 %	30 g + 5-6 gotas de stevia o sucralosa	Sí, si pasás de 30 g	Fresco, tipo menta	Sí
Alulosa	70 %	45-50 g (sola) o 35 g + 3 gotas	No	Casi nada	Sí, y retiene humedad
Stevia líquida	200-300 veces	10-14 gotas (no recomiendo sola)	No	Amargo si te pasás	No
Sucralosa líquida	600 veces	½ a 1 cdita según marca	No	Casi nada	No
Xilitol	100 %	40 g + 2-3 gotas de sucralosa	Algo, si pasás de 40 g	Fresco, suave	Sí

Mis tres combinaciones fijas (las vas a ver en las recetas):

Combinación	Cantidad cada 250 ml	Para qué sabores
Mezcla clásica	25 g de eritritol + 5 gotas de stevia	Cítricos, frutos rojos, ácidos
Mezcla suave	40 g de alulosa + 2 gotas de sucralosa	Coco, vainilla, durazno, cremosos
Mezcla económica	25 g de eritritol + ½ cdita de sucralosa líquida	Cualquier sabor, la más barata

Ajustes de textura sin azúcar

Como el endulzante sin azúcar aporta menos sólidos, cambio cuatro cosas respecto de la base del curso.

1. Gelatina: la justa, no más

Sin azúcar la gomita queda naturalmente más firme, así que no hace falta subir la gelatina. Trabajo con **21 g (3 sobres de 7 g) cada 250 ml** para sabores suaves y **24 g (3 sobres y medio) cada 250 ml** para sabores ácidos (limón, maracuyá, pomelo, arándano). Siempre dentro del rango de 20-25 g que vimos en el curso.

2. Un poco de cuerpo extra: inulina (opcional)

La inulina es una fibra en polvo blanca, sin gusto, que venden en dietéticas (250 g ≈ \$5.000-7.000). Una cucharada (10 g) cada 250 ml le devuelve a la gomita esa sensación «llena» que le saca la falta de azúcar, y además suma fibra. Se disuelve junto con el endulzante en el líquido caliente. Es opcional, pero cuando la probás no volvés atrás.

3. El colágeno, igual que siempre

El colágeno hidrolizado no gelifica: lo sumás a la mezcla tibia (unos 45 °C), tamizado, revolviendo despacio para no hacer espuma. Uso **20 g cada 250 ml**. Recordá que podés llegar hasta unos 37 g (el 15 % del líquido), pero cuanto más ponés, más blanda queda la gomita. En las versiones sin azúcar, que son más firmes, eso juega a favor: si te gustan bien tiernas, subí a 25-30 g.

4. Curado sí o sí

Las gomitas sin azúcar sudan menos que las de azúcar, pero las de alulosa son más pegajosas. Desmoldá a las 2-4 h de heladera y dejalas **12-24 h al aire sobre rejilla**, dándolas vuelta una vez. Si las envasás antes, se pegan entre ellas en el frasco.

Si te pasa...

- **Puntitos blancos a los dos días:** cristalizó el eritritol. Bajá a 20 g y completá con gotas, o pasate a alulosa.
- **Quedaron como goma de borrar:** demasiada gelatina para ese líquido. Bajá 2 g la próxima, o subí el colágeno a 25-30 g.
- **Gusto aguado:** sumá la cucharada de inulina, una pizca de sal (sí, sal: realza la fruta) y un poco más de ácido cítrico al final.
- **Regusto amargo:** te pasaste de stevia. Bajá a 3-4 gotas y compensá con eritritol o sucralosa.

El método base sin azúcar, paso a paso

Todas las recetas siguen este mismo orden. Una vez que lo hacés dos veces, te sale de memoria.

1. Prepará el líquido de la receta (licuado y colado, exprimido o infusionado). Medí 250 ml.

2. Separá 80 ml bien frío en un bowl y espolvoreá la gelatina por encima, en lluvia. Dejela hidratar 5 minutos sin tocar.
3. Poné los 170 ml restantes en la ollita con el endulzante en cristales (eritritol, alulosa o xilitol) y la inulina si la usás. Calentá a fuego bajo hasta 70 °C, revolviendo, hasta que quede transparente. No hierva.
4. Apagá el fuego, sumá la gelatina hidratada y revolvé hasta que se disuelva por completo, entre 60 y 70 °C.
5. Dejá reposar 5 minutos y retirá la espumita de arriba con una cuchara.
6. Cuando baje a unos 45 °C (tibio al dedo), agregá el colágeno tamizado, las gotas de stevia o sucralosa, el aroma y por último el ácido cítrico. Revolvé despacio.
7. Pasá a la jarrita con pico y llená los moldes de silicona apenas aceitados. Heladera 2-4 horas.
8. Desmoldá y dejá curar 12-24 horas sobre rejilla. Recién ahí, al frasco.

*Las frutas que tienen enzimas que cortan la gelatina (ananá, kiwi, mango, papaya, jengibre fresco) se **hierven 2-3 minutos** antes de empezar y se dejan enfriar. En este bono eso aplica al mango del maracuyá y al jengibre del chai; te lo marco en cada receta.*

Cómo presentarlas para clientas que cuidan el azúcar

Esta línea la compran mujeres que leen etiquetas. Leen todo. Entonces la etiqueta y el mensaje tienen que ser claros, prolijos y honestos.

Qué poner en el rótulo

- **«Sin azúcar agregada»:** es la frase correcta. Quiere decir que vos no le sumaste azúcar ni miel. Ojo: las recetas con jugo o pulpa de fruta tienen los azúcares propios de la fruta, entonces sumá debajo «Contiene azúcares naturales de la fruta». Queda transparente y te da confianza.
- **El endulzante que usaste, por su nombre:** «Endulzado con eritritol y stevia».
- **Si usás eritritol o xilitol:** «Su consumo excesivo puede tener efecto laxante». Es una línea chiquita al pie y es lo que corresponde para estos endulzantes.

- **Si usás xilitol:** «Mantener fuera del alcance de perros y gatos».

Qué NO poner

- **No pongas «apto diabéticos»**, ni «para diabéticos», ni «no sube la glucemia». Eso es una afirmación de salud que no te corresponde hacer, y cada persona con diabetes tiene su propio plan con su médico. Si una clienta te pregunta, decile con cariño: «No tienen azúcar agregada y te paso todos los ingredientes para que lo consultes con tu médica o nutricionista».
- No pongas «0 calorías» ni «light» (la fruta y el colágeno tienen calorías).
- No prometas resultados de belleza. Igual que en el curso: el colágeno es un ingrediente para sumar a la rutina de autocuidado; muchas lo eligen para pelo, piel y uñas. No reemplaza la consulta con un profesional, y embarazadas o personas con alguna condición de salud consultan antes.

Cómo nombrar la línea

A mí me funciona darle nombre propio, separado de la línea clásica: «Línea Cero Azúcar Agregada», «Gomitas Livianas», «Mis Gomitas Sin Azúcar». En la foto, otro color de etiqueta (yo uso blanco con lila, la clásica es kraft) para que se distingan de un vistazo en la mesa.

Precio

Los endulzantes cuestan más que el azúcar, y esta clienta valora lo que está comprando. Cobrá entre un 15 y un 25 % más que tu frasco clásico. Si tu frasco de 30 gomitas sale \$6.500, el sin azúcar va a \$7.500-8.000 sin problema.

Costo por tanda (250 ml, ~70 gomitas)	Clásica	Sin azúcar (mezcla clásica)
Gelatina 21 g	\$2.700	\$2.700
Colágeno 20 g	\$900	\$900
Endulzante	\$150 (azúcar)	\$650 (eritritol + stevia)
Inulina 10 g	—	\$250
Fruta y aromas	\$1.500	\$1.500
Total tanda	\$5.250	\$6.000
Costo por gomita	\$75	\$86
Costo de 30 gomitas + frasco PET	\$2.600	\$2.930
Precio sugerido frasco de 30	\$6.500	\$7.500-8.000

Las 15 recetas sin azúcar

Todas rinden unas **70 gomitas de ~4 g** con 250 ml de líquido (más o menos dos moldes de silicona de 35-40 cavidades). Si querés el doble, duplicá todo, pero calentá en olla un poco más grande para que la mezcla no se enfríe mientras volcás.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 1 — Frutilla y vainilla

Rosadas, perfumadas y con gusto a postre de domingo

Receta 1 — Frutilla y vainilla

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de corazones) · **Tiempo:** 30 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** frutilla madura con fondo de vainilla, rosa intenso translúcido.

Ingredientes

- 300 g de frutillas frescas o congeladas (para sacar 250 ml de jugo colado)
- 21 g de gelatina sin sabor (3 sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado (2 cdas colmadas)
- 40 g de alulosa (3 cdas)
- 2 gotas de sucralosa líquida
- 1 cdita de esencia de vainilla
- 1 pizca de ácido cítrico (¼ cdita)
- 10 g de inulina (1 cda), opcional

Paso a paso

1. Licuá las frutillas con 50 ml de agua y colá por colador fino apretando con cuchara. Medí 250 ml.
2. Separá 80 ml frío en un bowl y espolvoreá la gelatina. Dejá hidratar 5 minutos.
3. Calentá los 170 ml restantes con la alulosa y la inulina hasta 70 °C, revolviendo, sin hervir.
4. Apagá, sumá la gelatina hidratada y revolvé hasta disolver.
5. Reposá 5 minutos y sacá la espuma.
6. A 45 °C agregá el colágeno tamizado, la sucralosa, la vainilla y el ácido cítrico.
7. Volcá en los moldes y llevá a heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas sobre rejilla.

Forma y terminación

Corazones o flores. Quedan de un rosa translúcido precioso; si las querés más brillantes, pasales un pincel con una gota de aceite neutro antes de envasar.

Truco de Marcela

*La frutilla congelada da más color que la fresca de verdulería fuera de temporada.
En invierno uso siempre congelada y queda mucho más rosa.*

Variante

Frutilla y crema: reemplazá 50 ml del jugo por leche de coco. Quedan rosa pastel, opacas y cremosas, como un helado de frutilla.

Costo por tanda: ≈ \$6.800 · **Frasco de 30:** \$7.500-8.000.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 2 — Limonada rosa

Ácidas, frescas y de un rosa que enamora en la foto

Receta 2 — Limonada rosa

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de estrellas) · **Tiempo:** 25 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** limonada bien ácida, rosa claro.

Ingredientes

- 100 ml de jugo de limón recién exprimido (4-5 limones)
- 130 ml de agua
- 20 ml de jugo de remolacha cruda licuada y colada (o 6 frambuesas pisadas y coladas), para el color
- 24 g de gelatina sin sabor (3½ sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 25 g de eritritol molido
- 5 gotas de stevia líquida
- Ralladura de 1 limón

Paso a paso

1. Mezclá el jugo de limón, el agua y el jugo de remolacha. Tenés 250 ml.
2. Separá 80 ml frío e hidratá la gelatina 5 minutos.
3. Calentá los 170 ml restantes con el eritritol y la ralladura a 70 °C hasta que no queden granitos.
4. Fuera del fuego, sumá la gelatina y disolvé.
5. Colá la mezcla para sacar la ralladura y retirá la espuma.
6. A 45 °C agregá el colágeno y la stevia.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Estrellas o limoncitos. Para un confitado ácido sin azúcar, después del curado pasalas por una mezcla de 2 cdas de eritritol impalpable (molido muy fino) y ½ cdita de ácido cítrico.

Truco de Marcela

La remolacha no se siente en el gusto, te lo prometo. Con 20 ml alcanza para un rosa limonada; si ponés más, vira a fucsia.

Variante

Limonada de menta: sacá la remolacha e infusioná 10 hojas de menta en el agua caliente 5 minutos. Quedan amarillo clarito con aroma a menta.

Costo por tanda: ≈ \$6.400 · **Frasco de 30:** \$7.500.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 3 — Mandarina

Gusto a mandarina pelada en la mano, sin una gota de azúcar

Receta 3 — Mandarina

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de ositos) · **Tiempo:** 25 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** mandarina dulce y perfumada, naranja clarito.

Ingredientes

- 250 ml de jugo de mandarina exprimido y colado (6-7 mandarinas)
- 21 g de gelatina sin sabor (3 sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 25 g de eritritol
- ½ cdita de sucralosa líquida
- Ralladura fina de 2 mandarinas
- 1 pizca de ácido cítrico

Paso a paso

1. Exprimí las mandarinas y colá. Medí 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de jugo frío durante 5 minutos.
3. Calentá el resto del jugo con el eritritol y la ralladura hasta 70 °C, sin hervir.
4. Apagá, sumá la gelatina y revolvé hasta que se disuelva.
5. Colá para sacar la ralladura y retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno, la sucralosa y el ácido cítrico.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas sobre rejilla.

Forma y terminación

Ositos o gajitos. El color natural es clarito; si querés un naranja más vivo, sumá 1 cda de jugo de zanahoria.

Truco de Marcela

La ralladura es la que da el gusto «a mandarina» de verdad. El jugo solo es dulce pero tímido. No te la saltees.

Variante

Mandarina y jengibre: hervir 2-3 minutos 1 cdita de jengibre fresco rallado en 100 ml del jugo, dejar enfriar y colar. El hervor desactiva la enzima del jengibre, que si no te corta la gelatina.

Costo por tanda: $\approx \$5.900$ · **Frasco de 30:** \$7.500.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 4 — Pomelo rosado

Para las que aman lo amargo: elegantes y bien adultas

Receta 4 — Pomelo rosado

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de flores) · **Tiempo:** 25 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** pomelo con su amargor justo, rosado salmón.

Ingredientes

- 250 ml de jugo de pomelo rosado exprimido y colado (2 pomelos grandes)
- 24 g de gelatina sin sabor (3½ sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 25 g de eritritol
- ½ cdita de sucralosa líquida
- 1 pizca de sal fina

Paso a paso

1. Exprimí los pomelos y colá bien, sin pulpa. Medí 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de jugo frío 5 minutos.
3. Calentá el resto con el eritritol y la sal hasta 70 °C.
4. Fuera del fuego, incorporá la gelatina y disolvé.
5. Reposá 5 minutos y retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno y la sucralosa. Probá: tiene que quedar dulce con un final amargo.
7. Volcá en moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Flores o círculos. Un toque elegante: una hojita de romero fresco en el fondo de cada cavidad antes de volcar.

Truco de Marcela

En el pomelo uso sucralosa y no stevia, porque el amargo del pomelo más el regusto de la stevia es demasiado. La sal es mi secreto: le saca aspereza al amargo.

Variante

Pomelo y romero: infusioná una ramita de romero en el jugo caliente 5 minutos y colá.
Gomita de restaurante.

Costo por tanda: $\approx \$6.700$ · **Frasco de 30:** \$8.000.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 5 — Frutos del bosque y menta

Violetas profundas con un final fresco que sorprende

Receta 5 — Frutos del bosque y menta

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de mariposas) · **Tiempo:** 30 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** frutos rojos ácidos con menta, bordó violáceo.

Ingredientes

- 300 g de mix de frutos del bosque congelados
- 80 ml de agua
- 12 hojas de menta fresca
- 22 g de gelatina sin sabor (3 sobres + 1 g)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 25 g de eritritol
- 5 gotas de stevia líquida

Paso a paso

1. Descongelá los frutos, licualos con el agua y colá apretando bien. Medí 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de ese jugo frío, 5 minutos.
3. Calentá el resto con el eritritol y las hojas de menta a 70 °C. Dejá infusionar la menta 5 minutos fuera del fuego y sacala.
4. Volvé a llevar a 65-70 °C si se enfrió, apagá y sumá la gelatina.
5. Revolvé hasta disolver y retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno y la stevia.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Mariposas o flores. Son tan oscuras que brillan muchísimo con luz de ventana de atrás: sacales la foto a contraluz.

Truco de Marcela

Los frutos del bosque tienen muchas semillitas. Colá dos veces si hace falta: una semilla en una gomita se siente como arena.

Variante

Frutos del bosque y lima: reemplazá la menta por el jugo y la ralladura de una lima. Más ácidas, ideales para el verano.

Costo por tanda: $\approx \$7.200$ · **Frasco de 30:** \$8.000.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 6 — Manzana y canela

Gusto a tarta de manzana de la abuela, en un ositito

Receta 6 — Manzana y canela

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de ositos) · **Tiempo:** 35 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** manzana asada con canela, dorado translúcido.

Ingredientes

- 3 manzanas verdes o rojas (para 250 ml de jugo)
- 1 rama de canela
- ¼ cdita de canela molida
- 21 g de gelatina sin sabor (3 sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 40 g de alulosa
- 2 gotas de sucralosa líquida
- Unas gotas de jugo de limón (para que no se oxide)

Paso a paso

1. Pelá y licuá las manzanas con 50 ml de agua y unas gotas de limón. Colá por lienzo o colador fino. Medí 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de jugo frío 5 minutos.
3. Calentá el resto con la alulosa y la rama de canela hasta 70 °C. Dejá infusionar 10 minutos tapado, fuera del fuego, y sacá la rama.
4. Volvé a 65-70 °C, apagá y sumá la gelatina. Disolvé.
5. Sumá la canela molida y revolvé bien.
6. A 45 °C agregá el colágeno y la sucralosa.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Ositos o manzanitas. La canela molida tiende a irse al fondo: revolvé la jarrita entre molde y molde.

Truco de Marcela

Con alulosa estas quedan con la textura más parecida a una gomita «de las de siempre». Es la receta que les doy a probar a las que dicen que lo sin azúcar no tiene gusto a nada.

Variante

Pera y jengibre: cambiá la manzana por pera y la canela por 1 cdita de jengibre fresco rallado, hervido 2-3 minutos en el jugo antes de empezar (la enzima del jengibre fresco corta la gelatina si no lo hervís).

Costo por tanda: ≈ \$7.300 · **Frasco de 30:** \$8.000.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 7 — Chai de rooibos

Especiadas, tibias de gusto y sin cafeína: la de la tarde

Receta 7 — Chai de rooibos

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de corazones) · **Tiempo:** 35 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** media · **Sabor/color:** té rojo con canela, cardamomo y jengibre, ámbar rojizo.

Ingredientes

- 280 ml de agua
- 2 saquitos de rooibos (o 2 cditas en hebras)
- 1 rama de canela, 4 vainas de cardamomo abiertas, 3 clavos de olor
- 1 cdita de jengibre fresco rallado
- 21 g de gelatina sin sabor (3 sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 40 g de alulosa
- 3 gotas de sucralosa líquida
- 1 cdita de esencia de vainilla

Paso a paso

1. Hervé el agua con la canela, el cardamomo, el clavo y el jengibre durante 3 minutos (este hervor desactiva la enzima del jengibre).
2. Apagá, sumá el rooibos y dejá reposar 6 minutos. Colá y dejá enfriar. Medí 250 ml (completá con agua si falta).
3. Hidratá la gelatina en 80 ml del té frío, 5 minutos.
4. Calentá el resto con la alulosa hasta 70 °C, sin hervir.
5. Apagá, sumá la gelatina y disolvé. Retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno, la sucralosa y la vainilla.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Corazones o estrellitas. En el frasco quedan hermosas con una rama de canela atada con hilo al cuello.

Truco de Marcela

El rooibos no tiene cafeína, así que estas son las que recomiendo para la tarde-noche. A las clientas les encanta que les cuentes ese detalle.

Variante

Chai latte: reemplazá 80 ml del té por leche de almendras sin azúcar (sumala en el paso 4). Quedan color café con leche, opacas y suavitas.

Costo por tanda: $\approx \$6.500$ · **Frasco de 30:** \$8.000.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 8 — Mango y maracuyá (pulpa hervida)

Tropicales, intensas y de un amarillo que parece sol

Receta 8 — Mango y maracuyá (pulpa hervida)

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de estrellas) · **Tiempo:** 35 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** media · **Sabor/color:** mango dulce con el ácido del maracuyá, amarillo anaranjado.

Ingredientes

- 150 g de pulpa de mango (fresco o congelado)
- 80 ml de pulpa de maracuyá colada (4-5 maracuyás, o pulpa congelada)
- 50 ml de agua
- 24 g de gelatina sin sabor (3½ sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 25 g de eritritol
- 5 gotas de stevia líquida

Paso a paso

1. Licuá el mango con el agua. Sumá la pulpa de maracuyá y medí 250 ml.
2. **Hervé toda la mezcla 2-3 minutos**, revolviendo. El mango tiene enzimas que cortan la gelatina y el hervor las desactiva. Dejá enfriar por completo.
3. Separá 80 ml de la pulpa fría e hidratá la gelatina 5 minutos.
4. Calentá el resto con el eritritol hasta 70 °C, sin hervir esta vez.
5. Apagá, sumá la gelatina y disolvé. Retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno y la stevia.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Estrellas o soles. La pulpa las deja semi opacas y muy cremosas. Si querés unas semillitas de maracuyá a la vista, poné 2-3 en el fondo de cada cavidad antes de volcar.

Truco de Marcela

Si te saltás el hervor, la mezcla nunca cuaja y te quedás con una sopa. No falla: mango, ananá, kiwi, papaya y jengibre fresco, siempre hervidos o envasados pasteurizados.

Variante

Maracuyá puro: 120 ml de pulpa de maracuyá + 130 ml de agua, 24 g de gelatina. Más ácidas, más amarillas. La pulpa de maracuyá sola no necesita hervor; con mango sí.

Costo por tanda: ≈ \$7.400 · **Frasco de 30:** \$8.000.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 9 — Uva y lavanda

Violetas, perfumadas y con aire de campo francés

Receta 9 — Uva y lavanda

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de flores) · **Tiempo:** 30 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** uva negra con un susurro de lavanda, violeta profundo.

Ingredientes

- 250 ml de jugo de uva integral sin azúcar agregada (envasado) o de uvas negras licuadas y coladas
- 1 cdita de flores de lavanda culinaria (de dietética, aptas para consumo)
- 21 g de gelatina sin sabor (3 sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 20 g de eritritol
- 3 gotas de stevia líquida
- 1 pizca de ácido cítrico

Paso a paso

1. Hidratá la gelatina en 80 ml del jugo de uva frío, 5 minutos.
2. Calentá el resto del jugo con el eritritol hasta 70 °C.
3. Apagá, sumá la lavanda y dejá infundonar **solo 4 minutos**. Colá.
4. Volvé a llevar a 65 °C, apagá y sumá la gelatina. Disolvé.
5. Retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno, la stevia y el ácido cítrico.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Flores o mariposas. Una sola florcita de lavanda pegada arriba de cada gomita, apenas desmoldada, queda divina.

Truco de Marcela

Lavanda: poca y poco tiempo. Si te pasás, sabe a jabón. Cuatro minutos y afuera.

Variante

Uva y romero: cambiá la lavanda por una ramita de romero, mismo tiempo. Más herbal y menos floral.

Costo por tanda: $\approx \$6.300$ · **Frasco de 30:** \$7.500.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 10 — Sandía y lima

El verano entero en una gomita rosa

Receta 10 — Sandía y lima

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de corazones) · **Tiempo:** 25 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** sandía jugosa con chispazo de lima, rosa coral.

Ingredientes

- 400 g de sandía sin semillas (para 220 ml de jugo colado)
- 30 ml de jugo de lima (2 limas)
- Ralladura de 1 lima
- 24 g de gelatina sin sabor (3½ sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 25 g de eritritol
- 4 gotas de stevia líquida
- 1 pizca de sal

Paso a paso

1. Licuá la sandía sin agua y colá por colador fino. Mezclá 220 ml con el jugo de lima: tenés 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de ese jugo frío, 5 minutos.
3. Calentá el resto con el eritritol, la ralladura y la sal hasta 70 °C.
4. Apagá, sumá la gelatina y disolvé. Colá para sacar la ralladura.
5. Retirá la espuma.
6. A 45 °C agregá el colágeno y la stevia.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Corazones o triangulitos tipo tajada. El rosa de la sandía es suave; para que pegue en la foto, una frambuesa pisada y colada lo sube sin cambiar el gusto.

Truco de Marcela

La sandía tiene mucha agua y gusto delicado: no la diluyas con agua. Y la pizca de sal es como cuando le ponés sal a la sandía en el campo: la despierta.

Variante

Sandía y menta: cambiá la lima por 10 hojas de menta infusionadas 5 minutos. Más frescas, menos ácidas (ahí bajá la gelatina a 21 g).

Costo por tanda: ≈ \$6.200 · **Frasco de 30:** \$7.500.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 11 — Durazno y té verde

Suaves, doradas y con perfume de tarde de verano

Receta 11 — Durazno y té verde

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de flores) · **Tiempo:** 30 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** durazno maduro con té verde suave, dorado durazno.

Ingredientes

- 150 ml de té verde (1 saquito en agua a 80 °C, 3 minutos)
- 2 duraznos maduros (o 200 g congelados) para 100 ml de pulpa colada
- 21 g de gelatina sin sabor (3 sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 40 g de alulosa
- 2 gotas de sucralosa líquida
- 1 pizca de ácido cítrico

Paso a paso

1. Prepará el té verde con agua a 80 °C (no hirviendo, porque se amarga) durante 3 minutos. Sacá el saquito y enfriá.
2. Licuá los duraznos pelados y colá. Mezclá 100 ml de pulpa con 150 ml de té: 250 ml.
3. Hidratá la gelatina en 80 ml de la mezcla fría, 5 minutos.
4. Calentá el resto con la alulosa hasta 70 °C.
5. Apagá, sumá la gelatina y disolvé. Retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno, la sucralosa y el ácido cítrico.
7. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Flores o ositos. Quedan semi translúcidas, color durazno dorado. Pinceladas con una gota de aceite, brillan como caramelo.

Truco de Marcela

El té verde tiene cafeína. Si alguna clienta te pregunta, decile que es poquita (una tanda entera lleva un solo saquito), pero contale. La honestidad vende.

Variante

Durazno y vainilla: cambiá el té verde por agua con 1 cdita de vainilla. Más dulces y más «para chicos».

Costo por tanda: $\approx \$7.000$ · **Frasco de 30:** \$8.000.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 12 — Cereza y cacao

Bombón de cereza hecho gomita: la más pedida para regalar

Receta 12 — Cereza y cacao

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de corazones) · **Tiempo:** 35 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** media · **Sabor/color:** cereza oscura con cacao amargo, bordó casi chocolate.

Ingredientes

- 250 g de cerezas descaroizadas (frescas en temporada, o congeladas)
- 80 ml de agua
- 1 cda colmada (8 g) de cacao amargo en polvo
- 22 g de gelatina sin sabor (3 sobres + 1 g)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 40 g de alulosa
- 3 gotas de sucralosa líquida
- ½ cdita de esencia de vainilla

Paso a paso

1. Licuá las cerezas con el agua y colá. Medí 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de jugo frío, 5 minutos.
3. En la ollita mezclá el cacao con 2 cdas del jugo hasta hacer una pastita sin grumos. Sumá el resto del jugo y la alulosa.
4. Calentá a 70 °C revolviendo, sin hervir.
5. Apagá, sumá la gelatina y disolvé. Retirá la espuma.
6. A 45 °C sumá el colágeno, la sucralosa y la vainilla.
7. Volcá en los moldes, revolviendo la jarrita cada tanto para que el cacao no decante. Heladera 3 horas.
8. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Corazones, sí o sí. Quedan opacas, bordó oscuro, con un brillo satinado. Ideales para cajitas de San Valentín.

Truco de Marcela

La pastita de cacao es la clave para que no te queden grumos. Si igual aparecen, pasá la mezcla por colador antes de volcar.

Variante

Frutilla y cacao: mismas cantidades con frutillas. Quedan como bombón de frutilla bañada.

Costo por tanda: $\approx \$8.200$ · **Frasco de 30:** \$8.500.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 13 — Naranja y zanahoria

El jugo del desayuno, hecho gomita de un naranja que brilla

Receta 13 — Naranja y zanahoria

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de ositos) · **Tiempo:** 25 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** naranja dulce con zanahoria, naranja intenso.

Ingredientes

- 180 ml de jugo de naranja exprimido y colado
- 70 ml de jugo de zanahoria (2 zanahorias licuadas con un chorrito de agua y coladas)
- Ralladura de 1 naranja
- 21 g de gelatina sin sabor (3 sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 40 g de xilitol
- 2 gotas de sucralosa líquida
- 1 pizca de ácido cítrico

Paso a paso

1. Mezclá los dos jugos. Medí 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de jugo frío, 5 minutos.
3. Calentá el resto con el xilitol y la ralladura hasta 70 °C, revolviendo hasta que no queden cristales.
4. Apagá, sumá la gelatina y disolvé. Colá y retirá la espuma.
5. A 45 °C sumá el colágeno, la sucralosa y el ácido cítrico.
6. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
7. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Ositos o zanahorias. El color es el más lindo de todo el bono: naranja fuerte natural, sin colorante.

Truco de Marcela

Esta es la receta con xilitol. Si la vendés, la etiqueta lleva «Contiene xilitol. Mantener fuera del alcance de perros y gatos» y «Su consumo excesivo puede tener

efecto laxante». Si en tu casa hay perro, hacela con 25 g de eritritol + 5 gotas de stevia y listo: queda igual de rica.

Variante

Naranja, zanahoria y cúrcuma: sumá $\frac{1}{4}$ cdita de cúrcuma en el paso 3. Más doradas, con un fondo especiado suave.

Costo por tanda: $\approx \$6.400$ · **Frasco de 30:** \$7.500.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 14 — Arándano y limón

Azul violeta con chispa de limón: la gomita más fotogénica

Receta 14 — Arándano y limón

Rinde: 70 gomitas de ~4 g (molde de estrellas) · **Tiempo:** 30 min + 3 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** fácil · **Sabor/color:** arándano frutal y limón ácido, violeta azulado.

Ingredientes

- 250 g de arándanos frescos o congelados
- 60 ml de agua
- 40 ml de jugo de limón
- Ralladura de 1 limón
- 24 g de gelatina sin sabor (3½ sobres)
- 20 g de colágeno hidrolizado
- 25 g de eritritol
- 5 gotas de stevia líquida

Paso a paso

1. Licuá los arándanos con el agua y colá apretando. Sumá el jugo de limón y medí 250 ml.
2. Hidratá la gelatina en 80 ml de jugo frío, 5 minutos.
3. Calentá el resto con el eritritol y la ralladura hasta 70 °C.
4. Apagá, sumá la gelatina y disolvé. Colá y retirá la espuma.
5. A 45 °C sumá el colágeno y la stevia.
6. Volcá en los moldes y heladera 3 horas.
7. Desmoldá y curá 12-24 horas.

Forma y terminación

Estrellas o lunas. Con un arándano entero al lado en el frasco, la foto se vende sola.

Truco de Marcela

El limón le cambia el color al arándano: de violeta oscuro pasa a un violeta más rojizo. Si lo querés bien azulado, poné la mitad del limón y compensá con una pizca de ácido cítrico.

Variante

Arándano y vainilla: sin limón (baja la gelatina a 21 g), con 1 cdita de vainilla. Más dulces y más oscuras.

Costo por tanda: ≈ \$8.000 · **Frasco de 30:** \$8.500.



BONO 1 · SIN AZÚCAR

Receta 15 — Coco y frutilla

Dos capas, blanca y rosa: la estrella de la mesa dulce

Receta 15 — Coco y frutilla

Rinde: 70 gomitas de ~4 g de dos capas (molde de corazones u ositos) · **Tiempo:** 50 min + 4 h de heladera + 12-24 h de curado · **Dificultad:** media · **Sabor/color:** coco cremoso abajo y frutilla arriba, blanco y rosa.

Ingredientes

Capa de frutilla (125 ml):

- 150 g de frutillas licuadas y coladas
- 11 g de gelatina sin sabor (1½ sobre)
- 10 g de colágeno hidrolizado
- 20 g de alulosa
- 1 gota de sucralosa

Capa de coco (125 ml):

- 125 ml de leche de coco (de lata, bien mezclada)
- 11 g de gelatina sin sabor (1½ sobre)
- 10 g de colágeno hidrolizado
- 20 g de alulosa
- 1 gota de sucralosa
- ½ cdita de vainilla

Paso a paso

1. **Frutilla:** hidratá la gelatina en 40 ml de jugo frío 5 minutos. Calentá el resto con la alulosa a 70 °C, apagá, sumá la gelatina y disolvé. A 45 °C sumá colágeno y sucralosa.
2. Llená los moldes solo hasta la mitad con la capa de frutilla. Heladera 20-25 minutos, hasta que la superficie esté firme pero apenas pegajosa al dedo.
3. **Coco:** mientras, hidratá la gelatina en 40 ml de leche de coco fría 5 minutos. Calentá el resto con la alulosa a 70 °C, apagá, sumá la gelatina y disolvé.
4. Dejá entibiar la capa de coco a 40 °C (si la volcás caliente, derrite la de abajo). Sumá colágeno, sucralosa y vainilla.
5. Completá los moldes con la capa de coco.
6. Heladera 3-4 horas.

7. Desmoldá: la capa de frutilla queda arriba, la de coco de base.
8. Curá 12-24 horas sobre rejilla.

Forma y terminación

Corazones u ositos de dos colores. La capa de coco queda opaca y blanca, la de frutilla rosa translúcida: el contraste es lo que enamora.

Truco de Marcela

El momento de la segunda capa es todo: si la primera está muy dura, las capas se despegan; si está líquida, se mezclan. Tocá con la yema: firme y pegajosita, ahí volcás.

Variante

Coco y maracuyá: cambiá la frutilla por 50 ml de pulpa de maracuyá + 75 ml de agua y subí esa capa a 12 g de gelatina por la acidez.

Costo por tanda: ≈ \$8.400 · **Frasco de 30:** \$8.500-9.000.

Para cerrar: tu línea sin azúcar, lista

Con estas 15 recetas tenés una línea entera para ofrecer aparte. Mi consejo para arrancar: elegí tres sabores (yo empezaría por limonada rosa, manzana y canela, y coco y frutilla), hacé una tanda de cada uno y armá un frasquito de degustación de 10 gomitas mezcladas. Mandale una foto a esas clientas que te preguntaron «¿y sin azúcar?». Ellas ya están esperando.

Y acordate: rótulo claro («sin azúcar agregada», el endulzante por su nombre, la línea del efecto laxante si usás eritritol o xilitol), nunca «apto diabéticos», y la misma conservación que el curso: heladera, frasco hermético, 10-15 días con fruta natural. Nada de freezer.

Cuando tu negocio crezca, sacá tu carnet de manipulación de alimentos y date una vuelta por bromatología de tu municipio para preguntar por el registro: es el paso que te abre las dietéticas y las tiendas naturistas, que son justo donde esta línea vuela.