



DATO CURIOSO

“Existen más de **100**
recetas con legumbres”

AGRO 
ECONÓMICO 
SALUDABLE 



USUARIOS

USUARIO - VEGANO / VEGETARIANO

¿QUÉ PIENSA Y SIENTE?

- Preocupación constante por su bienestar físico, emocional y estético.
- Valora las opciones rápidas y accesibles, pero sin comprometer la calidad ni los valores éticos.
- Tiene la necesidad de sentirse seguro de que los productos que consume sean de buena calidad y de fuentes responsables.

¿QUÉ ESCUCHA?

- Escucha recomendaciones de amigos sobre dónde comprar alimentos naturales.
- Recibe información sobre nuevas tendencias en alimentación y opciones que podrían mejorar su estilo de vida.



¿QUÉ VE?

- Ve una creciente tendencia hacia la alimentación saludable en su entorno.
- Observa un creciente interés por productos ecológicos y sostenibles.
- Ve máquinas expendedoras con productos tradicionales, pero rara vez encuentra opciones saludables en ellas.

¿QUÉ HABLA Y HACE?

- Habla sobre la importancia de un estilo de vida libre de carnes y sostenible.
- Investiga sobre recetas que lo ayuden a conseguir las porciones necesarias para su alimentación.
- Se involucra en comunidades que recomiendan productos y actividades alineadas con su estilo de vida.

DOLORES

- Le dificulta encontrar opciones rápidas y saludables de legumbres que no requieran una preparación extensa (remojar, cocer)
- Le preocupan los precios altos y la calidad inconsistente de los productos. Siente que no hay suficientes opciones saludables y accesibles.

NECESIDADES

- Le gustaría encontrar opciones más rápidas y de consumo inmediato de productos frescos y de calidad.
- Educarse más acerca de recetas y beneficios de las legumbres.
- Busca conveniencia sin comprometer sus valores y estilo de vida.

USUARIO - VIOLETA / MUJER INDEPENDIENTE

¿QUÉ PIENSA Y SIENTE?

- Piensa que la salud es una prioridad y que una alimentación equilibrada le ayudará a sentirse mejor.
- Siente que las legumbres son una opción excelente de alimentación, ya que, son nutritivas y versátiles.
- Tiene la necesidad de consumir alimentos frescos y fáciles en preparación.

¿QUÉ ESCUCHA?

- Escucha recomendaciones sobre cómo reducir tiempos de cocina y de cómo mezclar legumbres con otros ingredientes para crear recetas ricas y nutritivas.
- Recibe información sobre nuevas tendencias en alimentación y opciones que podrían mejorar su estilo de vida.



¿QUÉ VE?

- Observa cada vez más productos de legumbres en presentaciones más fáciles de consumir y recetas en blogs y redes sociales.
- Ve una amplia gama de productos derivados de legumbres, como pastas, harinas y snacks con legumbres.
- Nota que amigos y familiares tratan de integrar más proteínas vegetales en sus dietas diarias.

- Habla sobre la importancia de una alimentación equilibrada y de cómo las legumbres ayudan a lograrlo.
- Busca recetas y consejos de cocina en sus redes sociales.
- Planifica sus comidas en la semana y organiza sus compras para poder tener siempre legumbres disponibles. Además, al cocinar utiliza ingredientes frescos y variados.

DOLORES

- Le gustaría que le dieran a conocer más recetas fuera de lo tradicional en los envases de legumbres.
- Le resulta complicado a veces preparar distintas recetas, debido a la falta de tiempo.
- Le es difícil encontrar legumbres de buena calidad y a precios accesibles.

NECESIDADES

- Busca recetas fáciles y variadas para poder integrar las legumbres en sus comidas.
- Le gustaría ver más explicaciones claras de los nutrientes, como proteínas, fibras y minerales que entregan las legumbres.
- Desea encontrar legumbres de calidad a buen precio para poder combinarlas con otros ingredientes.

USUARIO - PAREJA HOMOPARENTAL

¿QUÉ PIENSAN Y SIENTEN?

- Ven las legumbres como una fuente excelente de proteínas y fibra, esenciales en la dieta familiar.
- Les gusta la variedad de recetas sencillas con legumbres, que pueden incluir regularmente para enriquecer sus comidas diarias.
- Quieren que su hijo crezca con una alimentación balanceada y nutritiva, y creen que al variar las preparaciones podrán incorporar las legumbres sin que él se aburra de comer siempre lo mismo.

¿QUÉ ESCUCHA?

- Reciben recomendaciones de amigos y familiares sobre recetas y formas de preparar legumbres.
- Saben cuáles son las preferencias de su hijo y reconocen la importancia del atractivo visual y las texturas en sus comidas para animarlo a comer.
- Siguen a creadores de contenido que comparten recetas y recomendaciones saludables, especialmente enfocadas en la alimentación infantil.



¿QUÉ VE?

- Notan el interés de su hijo en nuevas formas de preparar legumbres.
- Encuentran legumbres tanto en supermercados como en ferias, y prefieren comprarlas a granel, aunque a veces sienten que les faltan ideas para nuevas recetas.
- Observan cada vez más contenido sobre la importancia de las proteínas vegetales y consejos para hacer que los niños disfruten de las legumbres.

¿QUÉ HABLA Y HACE?

Son creativos y entusiastas al probar recetas nuevas, especialmente aquellas que incorporan legumbres de maneras diferentes, como en hummus, croquetas o hamburguesas.

Prefieren soluciones rápidas y sencillas, que no requieran muchos ingredientes ni técnicas complicadas.

DOLORES

- Frustración cuando su hijo rechaza las legumbres en preparaciones habituales.
- Falta de tiempo para preparar platos complejos que a veces se necesitan para hacer las legumbres más atractivas.
- Escasez de recetas rápidas y llamativas para niños.

NECESIDADES

- Opciones de legumbres fáciles de preparar y adaptables para diferentes platos, para que su hijo no se aburra de las mismas preparaciones.
- Recetas sencillas, rápidas y visualmente atractivas que hagan las legumbres apetecibles para su hijo.
- Productos a granel o en empaques prácticos para tener siempre legumbres accesibles y variadas.



JÓVENES



VARIEDAD



NUTRICIÓN

PROBLEMÁTICAS

POCA COMUNICACIÓN GRÁFICA

✱ ENVASE PRIMARIO LEGUMBRES

Elementos gráficos no pertinentes al producto
(colores, íconos)



No contiene un tiene cierre hermético

El envase no contiene el logo de la empresa

Información no pertinente al producto



Saludable



Para todos



Diversos sabores



Sencillo



NUT
MEG

STORYBOARD

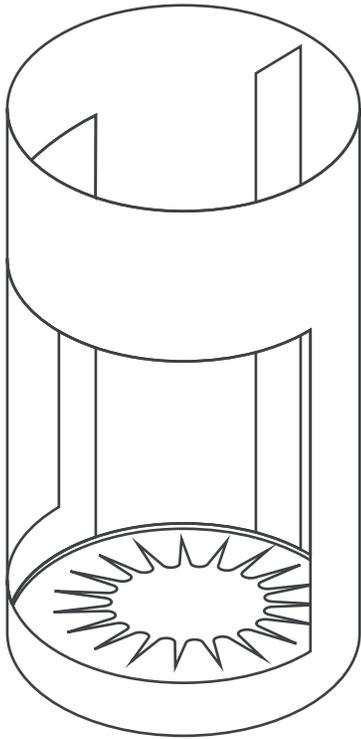
STORYBOARD

PROPUESTA 1

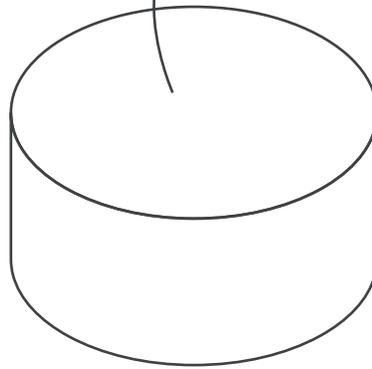
bio
fres
co

Vista lateral

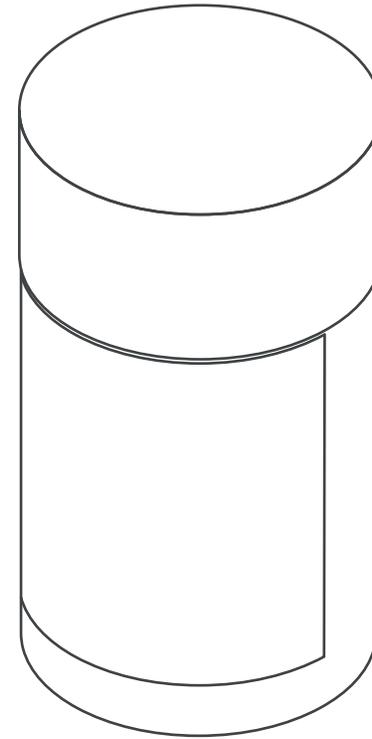
Envase con
tapa abierta

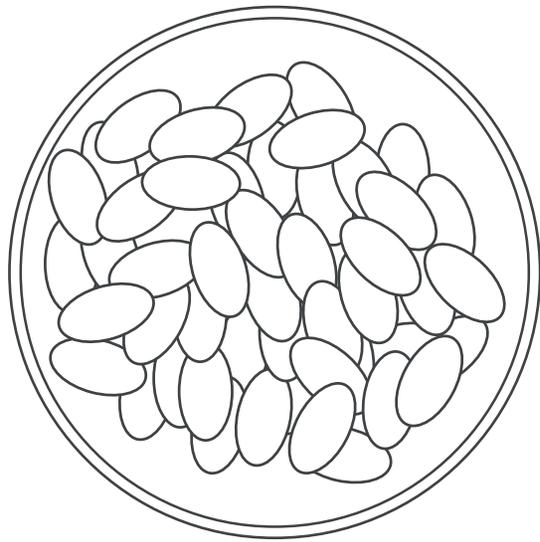


Tapa



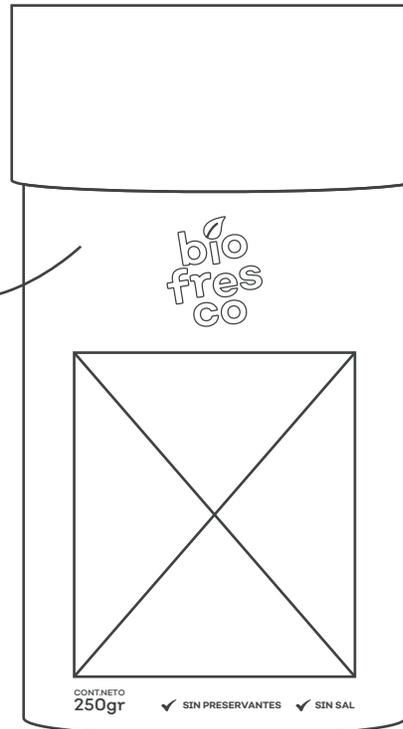
Envase + tapa





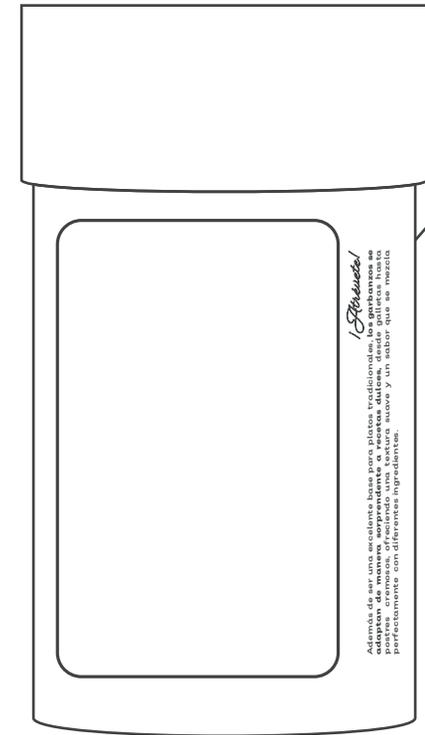
Vista aérea

Presencia de la
marca



Vista frontal

Incentivo de
compra



Vista trasera

11,5 cm

26,7 cm

bio fresco
Sin Culpa!
Garbanzos

ALTO EN VITAMINAS
Sin Gluten

Información Nutricional
2 Opciones de porción

	60 gr (aprox. 1/3 taza)	250 gr
Moed como acompañamiento		Porción completa
	60 gr	250 gr
Calorías (kcal)	310 kcal	120 kcal
Proteínas (g)	12 g	50 g
Grasa Total (g)	3,4 g	15 g
Grasa saturada (g)	0,4 g	1,7 g
Grasa Trans (g)	0 g	0 g
Carbónhidrato (mg)	0 mg	0 mg
Carbónhidrato (g)	35 g	150 g
Fibra alimentaria (g)	10 mg	42 mg
Sodio (mg)	14 mg	58 mg

PESO NETO: 250 gr

Los garbanzos Biofresco son cultivados y cosechados en la Región de O'Higgins, Chile, en el mes de octubre de 2024. El proceso de envasado se realiza bajo estrictas condiciones de calidad para garantizar su frescura y seguridad alimentaria. El producto está disponible en envases de 250 g.

Este producto es distribuido exclusivamente por Biofresco S.A. y se encuentra disponible en supermercados, tiendas especializadas y máquinas expendedoras ubicadas en puntos estratégicos de ciudades principales.

Conservación: Para mantener la calidad del producto, los garbanzos Biofresco deben ser almacenados en un lugar fresco y seco. Se recomienda consumir el producto dentro de los 7 días posteriores a su apertura. La fecha de vencimiento es de 12 meses desde el envasado.

RECETA HARINA DE GARBANZOS

- Lava y seca bien los garbanzos.
- Muele los garbanzos en un molinillo o procesador de alimentos fino.
- Tiende para ahorrar los trozos grandes.
- Almacena en un recipiente hermético en un lugar fresco y seco.

La harina de garbanzo es excelente para hacer pan sin gluten, como espesante para sopas y salsas, o en recetas de frituras como panko o falafel. También puedes usarla en repostería como sustituto parcial de la harina de trigo.

¡Y eso es todo! Una receta sencilla para hacer harina de garbanzo casera.

¡Fíjate!
Además de ser una excelente base para platos tradicionales, los garbanzos se adaptan de manera sorprendente a recetas dulces, desde galletas hasta postres cremosos, ofreciendo una textura suave y un sabor que se mezcla perfectamente con diferentes ingredientes.

CONTENIDO NETO 250gr ✓ SIN PRESERVANTES ✓ SIN SAL

Tapa

bio fresco

7 cm

1,5 cm

ABRE AQUI

8,5 cm

11,5 cm

26,7 cm



bio fresco
co

¡descubre Total!

Len te jas



COMI NETO 250gr

✓ SIN PRESERVANTES ✓ SIN SAL

ALTO EN VITAMINAS

☆☆☆

Sin Glucosa

Información Nutricional
2 Opciones de porción

	60 gr	250 gr
Calorías (kcal)	230 kcal	790 kcal
Proteínas (g)	17 g	68 g
Grasa Total (g)	3,6 g	15 g
Grasa saturada (g)	0,4 g	1,7 g
Grasa Trans (g)	0 g	0 g
Carbónhidrato (mg)	0 mg	0 mg
Carbónhidrato (g)	36 g	150 g
Fibra alimentaria (g)	10 mg	42 mg
Sodio (mg)	14 mg	58 mg

PESO NETO: 250 gr

Las lentejas Biofresco son cultivadas y cosechadas en la Región de O'Higgins, Chile, en el mes de octubre de 2024. El proceso de envasado se realiza bajo estrictas condiciones de calidad para garantizar su frescura y seguridad alimentaria. El producto está disponible en envases de 250 g.

Este producto es distribuido exclusivamente por Biofresco S.A. y se encuentra disponible en supermercados, tiendas especializadas y máquinas expendedoras ubicadas en puntos estratégicos de ciudades principales.

Conservación: Para mantener la calidad del producto, los garbanzos Biofresco deben ser almacenados en un lugar fresco y seco. Se recomienda consumir el producto dentro de los 7 días posteriores a su apertura. La fecha de vencimiento es de 12 meses desde el envasado.

PARA TUS PREPARACIONES Favoritas

DESAYUNO ALMUERZO BRANDE POSTRE

RECETA CROQUETAS DE LENTEJAS

INGREDIENTES:

- 1 taza de lentejas cocidas
- 1/4 taza de pan rallado
- 1 huevo
- 1/2 cebolla, picada finamente
- 1 diente de ajo picado
- 1 cda. de comino en polvo
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite para freír

PREPARACIÓN:

- 1 Tritura las lentejas cocidas hasta que queden como harina, para esto agrega un poco de agua.
- 2 En un bol mezcla las lentejas con el pan rallado, el huevo, la cebolla, el ajo, el comino, sal y pimienta.
- 3 Forma pequeñas bolitas e impregna con la mezcla.
- 4 Fríe en aceite caliente hasta que estén doradas por fuera.
- 5 Sirve con una salsa de tu preferencia o tomate de lata.

¡Explora!

Las lentejas son ideales para mantener energía y apoyar la salud digestiva, son perfectas para crear platos frescos y modernos, como ensaladas, bowls y dips, además de ser un excelente aliado en una alimentación equilibrada.

Tapa



8,5 cm

7 cm

1,5 cm

ABRE AQUI



26,7 cm

11,5 cm

HECHO EN CHILE

bio fres co

Saber de Siempre!

ALTO EN VITAMINAS ★★★

Sin Gluten

Porotos

INFORMACIÓN NUTRICIONAL
2 Opciones de porción

	60 gr (aprox. 1/3 taza)	Porción completa 250 gr
Calorías (kcal)	316 kcal	970 kcal
Proteínas (g)	12 g	50 g
Grasa Total (g)	3,6 g	15 g
Grasa saturada (g)	0,4 g	1,7 g
Grasa Trans (g)	0 g	0 g
Colessterol (mg)	0 mg	0 mg
Carbohidratos (g)	35 g	150 g
Fibra alimentaria (g)	10 mg	42 mg
Sodio (mg)	14 mg	58 mg

PESO NETO: 250 gr

Los porotos Biofresco son cultivados y cosechados en la Región de O'Higgins, Chile, en el mes de octubre de 2024. El proceso de envasado se realiza bajo estrictas condiciones de calidad para garantizar su frescura y seguridad alimentaria. El producto está disponible en envases de 250 g.

Este producto es distribuido exclusivamente por Biofresco S.A. y se encuentra disponible en supermercados, tiendas especializadas y máquinas expendedoras ubicadas en puntos estratégicos de ciudades principales.

Conservación: Para mantener la calidad del producto, los garbanzos Biofresco deben ser almacenados en un lugar fresco y seco. Se recomienda consumir el producto dentro de los 7 días posteriores a su apertura. La fecha de vencimiento es de 12 meses desde el envasado.

PARA TUS PREPARACIONES Favoritas

DESAYUNO ALMUERZO SNACK POSTRE

RECETA DIP DE POROTOS BLANCOS Y AJO ASADO

INGREDIENTES:

- 1 taza de porotos blancos cocidos.
- 1 taza de ajo asado.
- 2 cdas. de aceite de oliva.
- Jugo de 1/2 limón.
- 1/4 cdita. de sal.
- Pizca de pimienta negra o pimienta ahumada (opcional).

PREPARACIÓN:

- 1 Coloca los porotos al tipo al jugo de limón y el aceite de oliva en un procesador de alimentos.
- 2 Sazona con sal y pimienta al gusto.
- 3 Promueve hasta obtener una textura cremosa. Si queda seco, agrega un poco más de agua.
- 4 Sirve en un bowl con un chorrito extra de aceite de oliva por encima.

Para acompañar, puedes usar bastones de zanahoria, apio o pepino así como crackers, pan pita o tostadas. Este snack es rápido de preparar, cremoso y perfecto para disfrutar algo saludable y lleno de sabor.

Comparte!

Los porotos son una legumbre tradicional y llena de sabor, ideal para quienes buscan reconectar con las recetas de siempre. Perfectos para sopas, guisos y caldos reconfortantes, los porotos aportan esa textura cremosa y un gusto auténtico que hace de cada plato un homenaje a la cocina casera y familiar.

CONT. NETO 250gr ✓ SIN PRESERVANTES ✓ SIN SAL

0 729456 7 9112

Tapa

bio fres co

ABRE AQUI

7 cm

1,5 cm

8,5 cm









bio fresco

Sin Culpa

Garbanzos

ALTO EN VITAMINAS



CONTENIDO 250gr

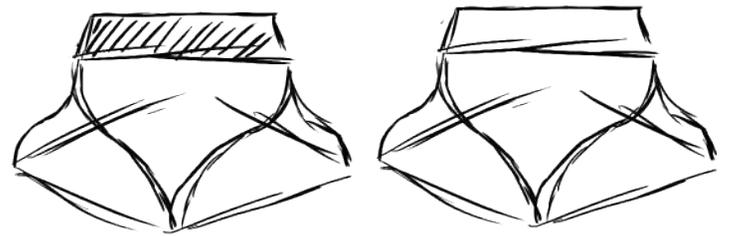
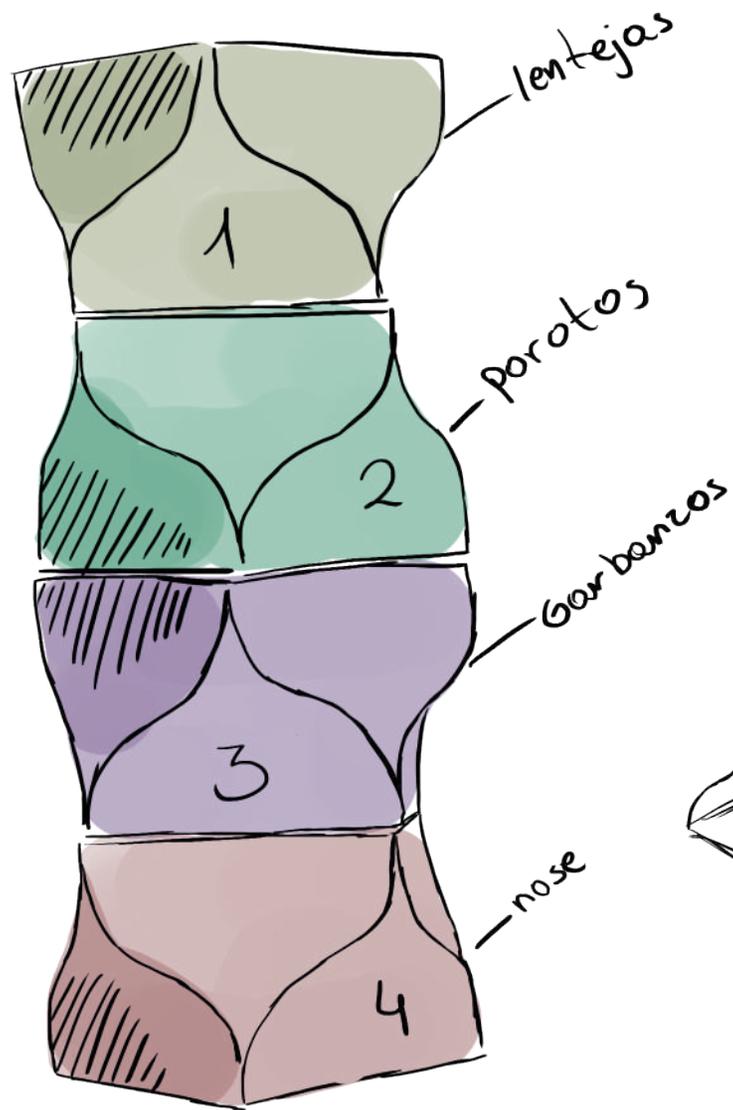
SIN PRESERVANTES SIN SAL

bio fresco

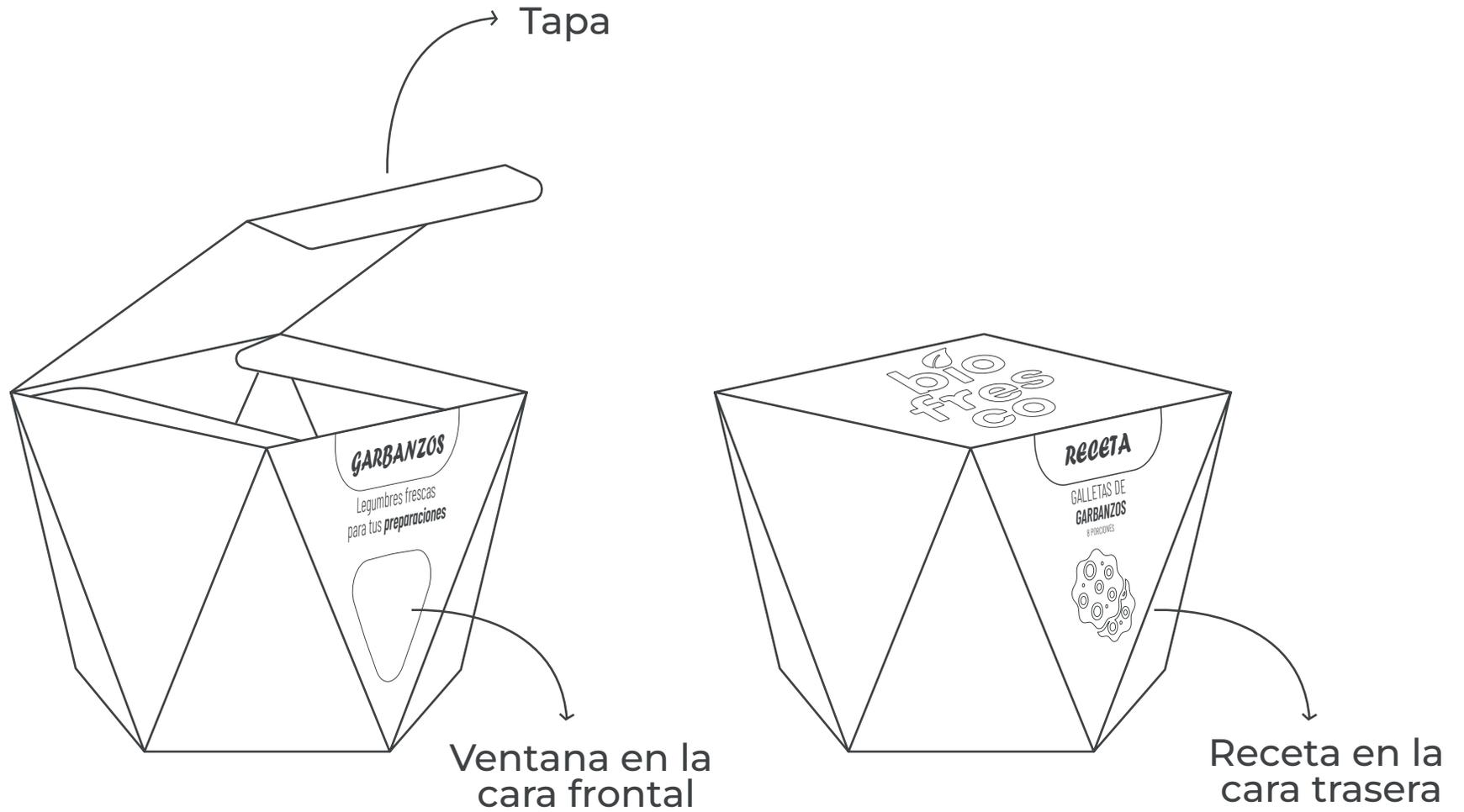
STORYBOARD

PROPUESTA 2

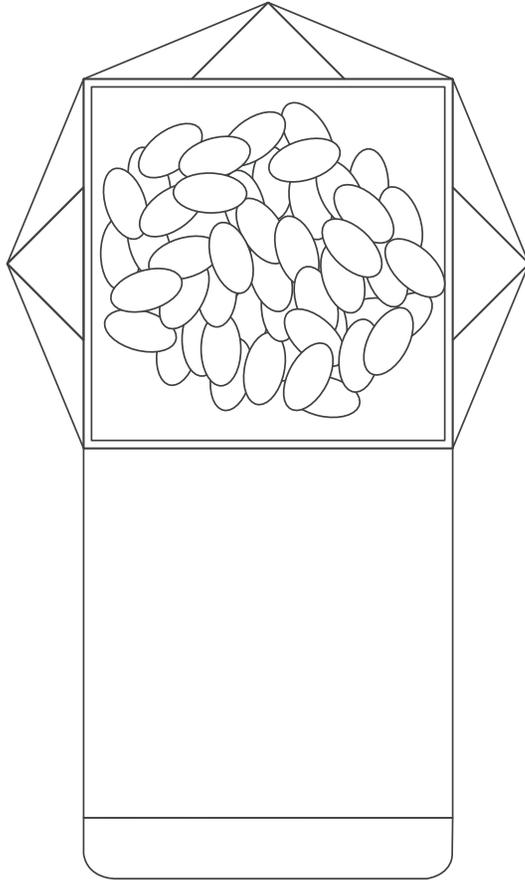
Se recomienda
comer de
4 a 7 raciones de
legumbres por
semana



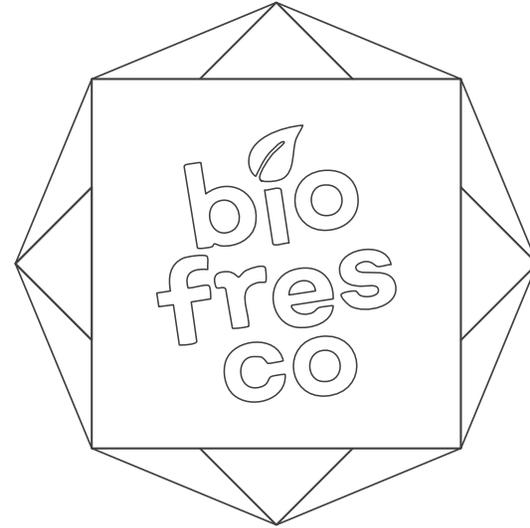
Vista lateral



Vista aérea

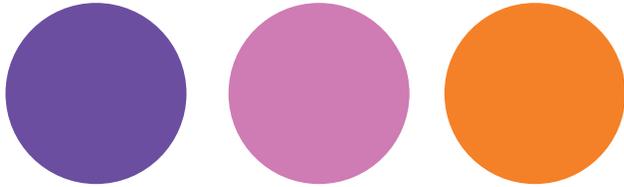


Envase abierto



Envase cerrado

Paleta



100 mm

100 mm



RECETA

ENSALADA DE POROTOS PARA 2 PERSONAS

Ingredientes

- 45g de tocino en láminas
- 1/4 pepino
- 380g de porotos cocidos
- 1 taza de chocolate cocido
- 1 tomate picado y sin pepas
- 1/4 cebolla morada chica, picada pequeña



Paso 1

Cocina el tocino solo en un sartén a fuego medio hasta que esté crocante. Luego retíralo y colócalo en un papel para absorber el exceso de grasa y picar.

Paso 2

Pelar el pepino y cortarlo a la mitad a lo largo, sacar pepas y picar en cubos.

Paso 3

Mezclar todos los ingredientes de la ensalada en un bowl y a disfrutar!



POROTOS

Legumbres frescas para tus preparaciones

bio fresco



CONT. NETO

250 gr. (600 gr. Cocidos aprox.)
(Porciones 75 - 100 gr. cocidos)

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
COMPONENTES POR 100 GR.	
CALORIAS	342 cal
GRASAS TOTALES	5.5 g
GRASAS SATURADAS	0 g
GRASAS TRANS	0 g
COLESTEROL	0 mg
SODIO	0 mg
CARBONHIDRATOS	44 g
FIBRA DIETÉTICA	5.5 g
AZÚCAR	0 g
PROTEÍNAS	20.8 g

INGREDIENTES: Legno de leguminoso

bio fresco





100 mm

100 mm

RECETA

GALLETAS DE GARBANZOS

8 PORCIONES

Ingredientes

- 1 Taza de garbanzos cocidos
- 1/2 Taza de agua
- 1 Cda de aceite
- 1/2 Taza de azúcar
- 3/4 Taza de harina
- 1/2 Taza de avena
- 1 Cda de canela
- 1 Cucharadita de polvos de hornear
- 100 gr de Chips de chocolate



Paso 1

Precalienta el horno a 180°C. Comienza moliendo los garbanzos junto al agua y el aceite hasta obtener una pasta homogénea.

Paso 2

Luego agrega azúcar, harina, avena, canela, polvos de hornear y mezcla para uniformar. Finalmente agregar los chips de chocolate e integra bien.



Paso 3

En una bandeja de horno, previamente engrasada, coloca montos de masa separados de 2 cm entre ellos y lleva al horno precalentado a 180°C por 15 a 20 minutos. Retira y deja enfriar, consume con moderación y disfruta.



GARBANZOS

Legumbres frescas para tus preparaciones

bio fresco



CONT. NETO

250 gr. (600 gr. Cocidos aprox.)
(Porciones 75 - 100 gr. cocidos)

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

COMPONENTES POR 100 GR

CALORIAS	342 cal
GRASAS TOTALES	5.5 g
GRASAS SATURADAS	0 g
GRASAS TRANS	0 g
COLESTEROL	0 mg
SODIO	0 mg
CARBOHIDRATOS	44 g
FIBRA DIETÉTICA	5.5 g
AZÚCAR	0 g
PROTEÍNAS	20.8 g

INGREDIENTES: Harina de garbanzo

bio fresco





RECETA

HAMBURGUESAS DE LENTEJAS

6 PORCIONES

Ingredientes

-  1 taza lentejas (ideal ya remojadas)
-  1/2 cebolla
-  1/2 zanahoria
-  2 cdas avena
-  Sal, pimienta, comino, paprika y ajo en polvo



Paso 1

Lo primero es dejar remojando las lentejas por una noche.



Paso 2

Luego en una licuadora colocar todos los ingredientes y mezclar hasta integrarlos completamente.



Paso 3

Finalmente, en un sartén con aceite caliente proporcionar 2 cucharadas de la mezcla al sartén, dorar por ambos lados de 3 a 5 minutos y servir.

LENTEJAS

Legumbres frescas para tus preparaciones

bio fresco



CONT. NETO

250 gr. (600 gr. Cocidos aprox.)
(Porciones 75 - 100 gr. cocidos)

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

COMPONENTES POR 100 GR

CALORIAS	342 kcal
GRASAS TOTALES	5.5 g
GRASAS SATURADAS	0 g
GRASAS TRANS	0 g
COLESTEROL	0 mg
SODIO	0 mg
CARBOHIDRATOS	44 g
FIBRA DIETICA	5.5 g
PROTEINAS	20 g

INGREDIENTES: grano de garbanzo

bio fresco





POROTOS

Legumbres frescas para tus preparaciones



CONT. NETO

250 gr. (1000 gr. Cuchillas aprox.)
(Porciones 75 - 100 gr. cocidas)

POROTOS

Legumbres frescas para tus preparaciones



CONT. NETO

250 gr. (1000 gr. Cuchillas aprox.)
(Porciones 75 - 100 gr. cocidas)

POROTOS

Legumbres frescas para tus preparaciones



bio fresco

GARBANZOS

Legumbres frescas para tus preparaciones



bio fresco

GARBANZOS

Legumbres frescas para tus preparaciones



bio fresco

bio fresco

LENTEJAS

Legumbres frescas para tus preparaciones



CONT. NETO

250 gr. (1000 gr. Cuchillas aprox.)
(Porciones 75 - 100 gr. cocidas)

LENTEJAS

Legumbres frescas para tus preparaciones



CONT. NETO

250 gr. (1000 gr. Cuchillas aprox.)
(Porciones 75 - 100 gr. cocidas)

LENTEJAS

Legumbres frescas para tus preparaciones



bio fresco





CONCLUSIÓN

