

RECETARIO DE
sor María Isabel

Los dulces de las monjas



m̄r

**SOR MARÍA ISABEL
LORA**

**LOS DULCES
DE LAS MONJAS**

Índice

Portada

Dedicatoria

Consejo

Introducción

Daroca, perla del Jiloca

Bizcochos

Bizcocho de espuma para tartas

Bizcocho a la naranja

Bizcocho al licor de manzana

Bizcocho de melocotón

Bizcocho casero

Bizcocho Mohajan

Bizcocho de coco

Bizcocho de chocolate

Bizcocho de nata

Bizcocho de almendras

Bizcocho de Fray Junípero

Brazo de gitano

Tartas

Tarta de moka

Tarta de crema pastelera

Tarta 2 de julio

Tarta Torreón de los Guzmanes

Tarta de fresa y nata

Tarta de galletas

Tarta de nata y limón

Tarta princesa

Tarta de manzana con crema

Tarta de manzana con coñac

Tarta dorada

Tarta de hojaldre de manzana y nueces

Tarta delicia de hojaldre y manzana

Tarta de queso

Tarta de chocolate

Tarta de «queso danone» y limón

Tarta de coco y flan

Tarta de fresones

Aluaka al horno

Brazo de gitano de galletas maría

Tarta de yema y nieve

Quesada pasiega

Tarta de cuajada y sobados

Cremas

Crema pastelera

Crema de chocolate

Crema de limón

Crema angelical
Crema de café
Crema de Santorini
Crema Frangilone a la almendra
Crema de moka
Crema italiana
Glasa blanca
Merengue
Merengue doble a la española
Azúcar quemado

Postres varios

Pastel de nuez
Suspiros de Santa Catalina
Bolitas de nuez
Enredos de Panamá
Almendrillos
Picarones de San Martín de Porres
Yemas de la Reina
Rosquillas «Tío Rogelio»
Rosquillas de anís
Rosquillas de naranja
Rosquillas de yema
Rosquillas de nata
Tocinito de cielo
Pastelillos
Pastelillos de alma
Huesos de San Froilán
Mostachones nevados
Mantecados al vino
Tortitas de anís
Galletas mantecadas
Rosquillos de San Blas
Magdalenas caseras
Magdalenas aéreas
Magdalenas de clara y almendra
Cuadrados de San Benito
Almojábanas de San Valero
Galletas de nata
Almendradas
Pastelitos para té
Sandalias del pescador
Bizcochitos para el té
Pastas de té
Buñuelos de chocolate
Buñuelos de plátano
Buñuelos de viento
Colinetas cubanas
Churros
Cucuruchos rellenos
Roscón de Reyes
Almendras garrapiñadas
Pestiños

Pestiños de Andalucía
Cuchiflitos
Torrijas de Pascua
Torrijas de pastor
Torrijas añejas
Torrijas caseras
Bizcochos rellenos de crema
Pastel de hojaldre mil hojas
Pasteles borrachos
Pastelitos de biscuit para el té
Pastel de San Jorge
Polvorones
Turrón de Jijona
Turrón de yema
Turrón de mazapán
Turrón negro

Masas

Masa de hojaldre
Hojaldre dulce o salado
Masa de Ángel
Masa sencilla
Masa de rellenos
Masa integral
Hojaldre siciliano

Flanes y natillas

Flan de yemas
Flan de café
Flan de naranja
Flan de fresas
Flan de nata y café
Natillas merengadas
Natillas quemadas
Natillas al horno
Natillas borrachas
Calostros

Postres de frutas

Melocotones al vino tinto
Melocotones rellenos de nata
Peras de canónigo
Sandía con frutas
Manzanas al coñac
Pudin de pera
Piña, melocotones y naranjas al vino

Helados

Helado de avellana
Helado de melón
Helado de mantecado
Helado de vainilla
Helado de limón
Helado de fresa y nata
Helado de café

Helado de piña
Helado de whisky
Helado de turrón
Macedonia con helado

Sorbetes y licores

Sorbete de limón al champán
Sorbete de melón
Sorbete de piña
Sorbete de naranja
Licor de fresones
Licor de melocotón
Licor de manzana
Licor de leche

Postres dietéticos

Galletas sin sal
Bizcocho
Flan
Galletas saladas
Natillas
Tarta a mi amigo José Antonio

Ingredientes y condimentos

Cocinar es fácil. Algunos trucos prácticos

El equipo de cocina

Consejos para la buena conservación de los utensilios

Sugerencias para elegir los postres más adecuados a cada menú

Las técnicas de la cocina. Equivalencias de pesos y medidas

La despensa

Consejos para una buena organización

Consejos de limpieza

La cocina paso a paso

Glosario básico de repostería

Notas

Créditos

En recuerdo de mi madre, que fue mi mejor maestra

☞ Mi consejo para todas las amas de casa es que, aunque la repostería requiere tiempo, lo más importante cuando elaboramos un postre es hacerlo con delicadeza, con finura y sobre todo con cariño. Si, además, se hace con amor a Dios, les aseguro que cuantos prueben los postres les dirán que saben a gloria.

Introducción

Con humildad, ofrezco este sencillo recetario de repostería para dar a conocer los postres tradicionales que desde muy pequeña mi madre me enseñó en los fogones de nuestra casa de Manchones, un pueblecito rural de la provincia de Zaragoza.

Se trata de recetas sencillas y caseras al alcance de todos, explicadas con la misma claridad con que ella me las transmitió.

Cocinar es algo muy hermoso a la vez que gratificante y una de las tareas que desempeñó con más amor en el convento de las Madres Dominicas de Nuestra Señora del Rosario de Daroca, donde resido en comunidad. Soy consciente de que en las librerías se pueden encontrar numerosos manuales de cocina y de repostería. Este libro tiene como principal finalidad ayudar a las madres y abuelas, que en la pequeña esfera familiar que es la cocina contribuyen, con su peculiar sabiduría y afecto y sin los grandes conocimientos que caracterizan a los prestigiosos cocineros de los mejores restaurantes, a hacer felices a cuantos integran la familia, elaborando postres, dulces, helados, sorbetes y licores muy imaginativos y fáciles de preparar como complemento a la alimentación de cada día.

Todas las recetas que presento aquí son de rápida elaboración y los ingredientes que las componen se pueden encontrar sin dificultad en cualquier tienda de comestibles o supermercado. Pese a que nuestra comunidad de Daroca es numerosa, he calculado las recetas para 4 o 6 personas. Asimismo, y a fin de asegurar un buen resultado, los ingredientes están debidamente medidos. Para facilitar el trabajo, el lector observará que he señalado el tiempo de realización, el grado de dificultad —marcado con unas cucharas hasta un máximo de tres— y el coste, indicado con monedas hasta un máximo de cinco. También he incluido numerosos trucos que recibí de mi madre y de otras monjas con las que he compartido fogones.

Sin embargo, el éxito de una receta radica siempre en el cariño y el interés que se ponga durante su confección. No olvidemos que la cocina está repleta de espiritualidad porque cocinar es algo alegre, jovial, creativo y lleno de vida, y es precisamente en este ambiente donde transcurre una parte importante de la vida de una familia. Como ésta es el ambiente primero y fundamental donde cada hombre y cada mujer descubre y realiza su vocación humana, concluir una comida con un postre especial es una manera alegre de cerrar una reunión familiar.

El mejor modo de sacar partido a este libro es elaborar las recetas con la misma atención, delicadeza y amor que ponían nuestras madres cuando nos enseñaron a trabajar la masa o a batir los huevos, porque quien cocina con amor genera amor.



Daroca, perla del Jiloca

Por el académico Jesús López Medel

Daroca (Zaragoza), ciudad medieval rodeada por cinco kilómetros de murallas romano-árabes, fue construida entre las dos laderas de un barranco en la depresión del Jiloca. Paso obligado entre las capitales de los antiguos reinos de Aragón y de Valencia, sus ciento catorce torres le imprimen un carácter de fortaleza inexpugnable que evoca un pasado de batallas y reconquistas.

Tras arrebátarsela a los árabes en el año 1121, Alfonso I el Batallador la dotó de fuero y escudo, adquiriendo cierta relevancia como enclave político y estratégico. En ella se firmó la paz con Castilla y se dirimieron abundantes conflictos cortesanos. En recompensa, recibió el título de ciudad de manos del rey Pedro I en 1366.

De profundas raíces religiosas, Daroca fue lugar de peregrinación durante decenios. El Santísimo Misterio de los Sagrados Corporales fue la causa. El hecho histórico ocurrió el 23 de febrero de 1239 en Luchente, Valencia. Recién conquistada ésta, después de una batalla a los pies del castillo del Chío y mientras se oficiaba la misa, el capellán de la parroquia castrense de San Cristóbal consagró seis Formas —una para cada pareja de capitanes de los tres tercios que habían participado en la contienda—, siendo interrumpido el oficio por una avanzadilla de sarracenos que cayeron sobre ellos por sorpresa con la intención de recuperar lo arrebatado

De inmediato, el capellán guardó las sagradas Formas en el Corporal, ocultándolo en las profundidades de una gruta. Al atardecer del mismo día y tras una contundente victoria cristiana, se reanudó la eucaristía. Para asombro de capellán y feligreses, al abrir el Corporal las Formas aparecieron empapadas en sangre.

Al ser tierra infiel, allí no podía quedarse la reliquia, así que don Ramón Berenguer de Enteza, que estaba al frente de las tropas, y el rey Jaime I el Conquistador, que andaba por Mallorca, decidieron sortear el tesoro eucarístico entre tres ciudades. Daroca fue la afortunada, aunque no sin cierto suspense.

Se optó por meter el Corporal en las alforjas de una mulilla ciega que había sido ganada a los árabes, y dejar que se pusiera en camino con la esperanza de que fuese guiada por la voluntad divina al lugar que más lo mereciera. La acémila atravesó Teruel, llegó a Daroca y parecía que tomaba ruta hacia Calatayud cuando dio media vuelta, deshizo el camino y cayó, reventada por el tremendo esfuerzo, en el atrio del Hospital de los Trinitarios de Daroca.

Con el tiempo, Daroca sería como el Lourdes o Fátima de nuestros días, lugar de reunión de feligreses de todo el mundo.

A las afueras de la ciudad, casi colindante al Hospital de los Trinitarios donde cayera la mulilla, se levantó en 1522 el monasterio de Nuestra Señora del Rosario. Fue fundado por tres dominicas del monasterio de Nuestra Señora de la Consolación de Játiva, por Susana Serrano, priora, sor Elena Blasia y sor Paula Argentea, que con un reducido grupo de monjas formarían la primera comunidad.

El monasterio de Nuestra Señora del Rosario no destaca por la monumentalidad o belleza de su arquitectura —tan abundante y rica en la zona—, sino sobre todo por la piadosa labor que ejerce la comunidad entre los necesitados y por la maestría artesana de sus fogones. Hoy sigue siendo una comunidad religiosa contemplativa, de clausura y rigidez ascética pero activa.

Quizá la hermana que mejor definió el carácter del convento fue sor Teresita del Niño Jesús Pérez de Iriarte. Llegada en 1925 procedente de Tafalla, donde esta hija de humildes labradores atraía a todos los mozos del pueblo con sus melodiosos cantos mientras trillaba los campos de su padre, joven morena y hermosa, estaba dotada de una natural simpatía y una profunda alegría interior que supo transmitir a su entorno. En el monasterio siempre fue la primera en todo, incluso para desempeñar oficios que no le eran propios. Su absoluta dedicación y amor por el prójimo la llevó a organizar durante la hambruna de la posguerra el llamado «Auxilio social», destinado a dar de comer a pobres y a socorrer a enfermos y necesitados.

En 1952 se le encomienda desde Roma la labor de rehacer y fortalecer la comunidad del monasterio Madre de Dios de Olmedo, integrada en su mayoría por religiosas de avanzada edad. El torrente de amor, trabajo y sacrificio que derramó entre monjas y novicias devolvió al monasterio vocación y luz. Un doloroso cáncer de estómago, sobrellevado con entereza y alegría, acabó con sus días el 14 de octubre de 1954.

Bizcochos



Bizcocho de espuma para tartas

Ingredientes:

5 huevos
100 g de azúcar
50 g de maicena
75 g de harina
50 g de azúcar glas
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se baten las yemas con el azúcar y se reservan. Las claras se baten a punto de nieve y cuando están listas se les añade el azúcar glas. Se unen las claras con las yemas, la harina y la levadura, removiendo bien con la espátula. Se vierte la mezcla en un molde con papel de barba, se espolvorea con azúcar glas y se introduce en el horno a 150 °C durante 20 minutos.

.....

Las críticas no son otra cosa que orgullo disimulado.



Bizcocho a la naranja

Ingredientes:

3 huevos
175 g de azúcar
250 g de harina
2 tazas de aceite
20 g de levadura en polvo
zumo y ralladura de la corteza de una naranja

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos las claras a punto de nieve y cuando están muy consistentes añadimos el azúcar y las yemas, se bate hasta que se mezclan todos los ingredientes y nos queda una masa muy fina. La pasamos a un molde engrasado con mantequilla (que extenderemos con una brocha plana) y se introduce en el horno a 160 °C durante 40 minutos. Se adorna con gajos de naranja y azúcar glas.

Las gentes que se aman plenamente y con sinceridad son las más felices del mundo. Tal vez tengan poco, tal vez no tengan nada, pero son felices.



Bizcocho al licor de manzana

Ingredientes:

4 huevos
100 g de azúcar
60 g de harina
60 g de maicena
30 g de mantequilla
2 copas de licor de manzana
1 vaso de almíbar
15 g de levadura en polvo

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se separan las claras de las yemas. Se baten las primeras a punto de nieve con la mitad de azúcar, al igual que las yemas con la otra mitad, se unen ambas mezclas y a continuación se añade la mantequilla derretida.

Se va echando poco a poco la harina mezclada con la levadura, removiendo con una espátula. Cuando está todo muy bien mezclado se pone en un molde engrasado con mantequilla (que extendemos con una brocha plana). Se mete en el horno a 160 °C durante 20 minutos.

Se emborracha con el almíbar y el licor de manzana.

Escuchar cuando nadie más quiere hacerlo es un acto hermoso.



Bizcocho de melocotón

Ingredientes:

4 huevos
250 g de azúcar
250 g de harina
250 g de maicena
150 g de mantequilla
250 g de mermelada de melocotón
½ vaso de zumo de melocotón
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos los huevos y el azúcar en un recipiente y los batimos bien. Después añadimos la harina, la levadura, la mantequilla derretida y el zumo de melocotón mezclándolo todo. Por último se añade la mermelada y volvemos a mezclarlo muy bien con la espátula. Se vierte en el molde, engrasado ya con mantequilla, y con rodajas de melocotón en el fondo, y se introduce en el horno a 160 °C de 40 a 50 minutos.

Los costados de la tarta se adornan con trocitos de melocotón.

Jamás sabremos cuánto bien puede hacer una simple sonrisa.



Bizcocho casero

Ingredientes:

6 huevos
240 g de harina
150 g de azúcar
20 g de levadura en polvo
¼ l de moscatel

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se montan las claras a punto de nieve. Cuando están muy subidas se les añade el azúcar, batiéndolas de nuevo hasta que estén muy fuertes, y se añaden las yemas, batiéndolo hasta que esté bien mezclado. Entonces, se añade la harina junto con la levadura, revolviendo bien con la espátula. Se vierte en el molde, engrasado con mantequilla (que extendemos con una brocha plana), y se cuece a 160 °C durante 30 minutos. Una vez frío se emborracha con el moscatel.

.....

*Cuando sepas que has herido a alguien, debes ser el primero en disculparte.
El perdón es el comienzo del amor.*



Bizcocho Mohajan

Ingredientes:

4 huevos
100 g de azúcar
60 g de harina
60 g de fécula de patata o maicena
35 g de mantequilla
20 g levadura en polvo
unas gotas de esencia de limón

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol se baten las yemas con el azúcar y se reservan. En otro recipiente batimos las claras a punto de nieve y cuando están muy duras les añadimos las yemas, la harina con la levadura y la fécula de patata o maicena, removiendo bien con la espátula. Se le añade la mantequilla derretida, y cuando todo está mezclado se vierte en moldes cuadrados de papel llenándolos hasta la mitad. Se introduce en horno fuerte (200 °C) y cuando están dorados se sacan espolvoreándolos con azúcar glas.

.....

*La alegría se muestra en los ojos, aparece cuando hablamos y caminamos.
No podemos encerrarla en nuestro interior. Se abre camino hacia fuera.*



Bizcocho de coco

Ingredientes:

3 huevos
150 g de azúcar
120 g de harina
50 g de coco rallado
75 g de mantequilla
1 copa de coñac
15 g de levadura en polvo

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se ponen en un recipiente las yemas con el azúcar, se baten bien y se va añadiendo el coñac, la harina mezclada con la levadura y el coco rallado, removiéndolo todo con la espátula. Las claras batidas a punto de nieve se añaden a la pasta que tenemos preparada, se le añade la mantequilla derretida, mezclándolo todo muy bien, y se vierte en un molde engrasado con mantequilla. Se introduce en el horno a 160 °C durante 25 minutos, se saca y se espolvorea con azúcar glas y coco.

No podemos hablar sin haber escuchado. Desde la plenitud del corazón, la boca hablará, la mente pensará.



Bizcocho de chocolate

Ingredientes:

3 huevos
150 g de azúcar
150 g de harina
75 g de mantequilla
¼ l de leche
25 g de cacao en polvo
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se pone la mantequilla y el azúcar, se mezclan bien hasta que formen una pasta cremosa y se van añadiendo los huevos uno a uno. Una vez esté bien mezclado, se echa el cacao diluido en la leche y por último la harina mezclada con la levadura. Se vierte en un molde engrasado con mantequilla y se introduce en el horno a 160 °C durante 30 minutos.

Cuando está cocido se saca y se deja enfriar. Puede adornarse con azúcar glas o con nata.

Nosotras mismas sentimos que lo que estamos haciendo sólo representa una gota en el océano. Pero si esa gota no estuviera allí, sólo por ella el océano sería más pequeño.



Bizcocho de nata

Ingredientes:

3 huevos
100 g de nata
100 g de azúcar
200 g de harina
20 g de levadura en polvo
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se pone la nata, el azúcar y los huevos, y se bate todo muy bien hasta que esté espumoso. Después agregamos la harina mezclada con la levadura, batiendo de nuevo hasta que quede la pasta muy fina (se le puede añadir algún licor a gusto). Preparamos un molde engrasado con mantequilla (que extendemos con brocha plana) y vertemos el preparado introduciéndolo en el horno a 160 °C durante 40 o 50 minutos. Se adorna con nata y rodajas de limón.

Lo más importante no es lo que demos, sino la alegría que ponemos en la acción de dar.



Bizcocho de almendras

Ingredientes:

4 huevos
150 g de azúcar
250 g de harina
100 dl o un vaso de aceite
100 g de almendras a trocitos
30 g de levadura en polvo

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se baten los huevos con el azúcar hasta conseguir una crema, se le añade el aceite y se bate nuevamente. Por último, añadimos la harina mezclada con la levadura y la almendra. Se vierte en un molde engrasado de mantequilla (que extendemos con brocha plana) y se introduce en el horno a 170 °C durante 40 minutos. Se adorna con láminas de almendra y azúcar.

*La carencia de hogar no es sólo una cuestión de más o menos ladrillos;
proviene de esa terrible soledad que los no queridos, los no amados, hallan
en su camino.*



Bizcocho de Fray Junípero

Ingredientes:

9 huevos
250 g de harina
200 g de azúcar
1 limón
1 vaso de vino dulce
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se ponen las yemas de los huevos y en otro las claras, que batiremos a punto de nieve fuerte, añadiendo el azúcar poco a poco hasta que queden duras. Las yemas se baten y se mezclan con las claras con cuidado, se incorpora la harina mezclada con la levadura en forma de lluvia a fin de que quede bien fina, y por último se echa la ralladura de limón. Preparamos un molde engrasado con mantequilla colocando en el fondo papel de estraza, y se mete en el horno a 160 °C durante 15 minutos. Una vez desmoldado se emborracha con el vino dulce.

Las riquezas pueden ahogar si no se emplean de forma adecuada, tanto las espirituales como las materiales.



Brazo de gitano

Ingredientes:

150 g de azúcar
150 g de harina
5 huevos
1 clara de huevo
ralladura de corteza de limón
10 g de azúcar glas
20 g de levadura

Para el bizcocho:

véase «Bizcocho de espuma para tartas»

Para el relleno:

véase «Crema pastelera»

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

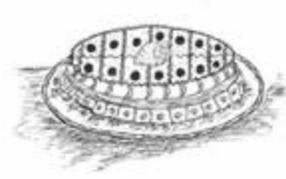
En un recipiente se baten las yemas, el azúcar y la ralladura de limón. En otro recipiente aparte se baten las claras a punto de nieve, se mezclan con las yemas y se les incorpora poco a poco la harina mezclada con la levadura. Se pone encima de una placa de horno con papel de estraza untado previamente de aceite con una brocha plana, y se vierte en ella la pasta. Cocer al horno a 160 °C durante 15 minutos. Se saca y cuando está templado se quita de la placa, se pone encima de un papel con azúcar y se extiende la crema con una espátula (se puede rellenar con nata, crema o chocolate).

.....

Entrégale a alguien tu tierno amor y tus cuidados. El afecto y alegría que tú le comunicas le infundirán una gran esperanza.



Tartas



Tarta de moka

Ingredientes:

250 g de mantequilla

200 g de azúcar

30 g de café

Para el almíbar:

½ kg de azúcar

¼ l de agua

Para el bizcocho:

véase «Bizcocho de espuma para tartas»

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se corta el bizcocho en tres partes horizontalmente (una de ellas deberá tener 1 cm de grosor). La primera base se humedece con el café azucarado. Se hace una crema con mantequilla y las yemas de huevo, todo muy bien batido, que extenderemos, ayudados con una espátula fina de acero, por encima del bizcocho ya humedecido con el café. En las siguientes capas de bizcocho se procede de la misma manera. La parte superior y los costados de la tarta se humedecen igualmente con café y crema. Por encima se pone almendra picada en trocitos muy pequeños haciendo lo mismo en los costados, para lo que nos ayudaremos de la espátula.

.....

No es la fuerza sino el amor lo que trae la paz al mundo.



Tarta de crema pastelera

Ingredientes:

Para la crema:

4 huevos
1 l de leche
80 g de maicena
40 g de harina
200 g de azúcar
¼ l de moscatel
200 g de agua
30 g de azúcar

Para el bizcocho:

véase «Bizcocho de espuma para tartas»

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente se ponen los huevos y el azúcar, se baten muy bien, agregamos medio vaso de leche fría, la harina y la maicena, y se disuelve todo hasta conseguir una crema. El resto de la leche se pone al fuego y cuando está a punto de hervir echamos la crema, retirándola del fuego y dejándola enfriar. Cortamos el bizcocho en tres bases: la primera se emborracha con moscatel, colocando encima una capa de crema pastelera, y se repite el proceso con las otras dos, cubriendo los costados (se puede adornar con merengue).

.....

Si nos aceptamos los unos a los otros, seremos verdaderamente libres.



Tarta 2 de julio

Ingredientes:

1 l de nata líquida
200 g de azúcar
150 g de almendra molida
75 g de almendra laminada
¼ l de moscatel
30 g de azúcar
1 vaso de agua

Para el bizcocho:

véase «Bizcocho de espuma para tartas»

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol se bate la nata con azúcar hasta que está subida y se reserva. Se corta el bizcocho en tres bases, la de abajo se emborracha con el moscatel, colocando encima una capa de nata, se espolvorea con una capa muy fina de almendra molida y repetimos el proceso en la segunda base. En la última se pone una buena capa de nata en la parte superior y en los costados y se adorna con almendra en láminas o picada.

No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios.



Tarta Torreón de los Guzmanes

Ingredientes:

6 yemas

150 g de azúcar

½ dl de agua

¼ l de moscatel

Para el bizcocho:

véase «Bizcocho de espuma para tartas»

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente batimos las yemas y las reservamos. Se pone un cazo al fuego con el agua y el azúcar hasta que hierva, de 7 a 10 minutos. Al empezar a hervir se añaden unas gotas de vinagre y cuando está a punto de almíbar se va echando poco a poco a las yemas, sin dejar de batirlas, dejándolas al calor del fuego hasta que espesan.

Cuando está todo preparado, se corta el bizcocho en tres bases. La primera se emborracha con el moscatel y se cubre con una capa de yema, seguidamente hacemos lo mismo con la segunda, la tercera y los costados. Se puede adornar con azúcar quemado y mantequilla batida.



Tened caridad, conservad la humildad, vivid la pobreza voluntaria.



Tarta de fresa y nata

Ingredientes:

½ kg de fresas
200 g de azúcar
100 g de mantequilla
½ kg de nata
1 vasito de agua

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se ponen en un cazo al fuego las fresas y el azúcar con el agua, dejándolo hervir durante 5 minutos. Se pasa por un tamiz y se deja enfriar. Se bate la nata con los 100 g de azúcar y se reserva.

Partimos el bizcocho en tres bases, la primera y la segunda se cubren con una capa de fresas y otra de nata, y cubrimos la parte superior de la tercera con una capa de fresas y los costados con nata. Se adorna haciendo dibujos a gusto de cada cual.

.....

A menudo es más difícil aliviar la pobreza del corazón que la material.



Tarta de galletas

Ingredientes:

250 g de galletas María
125 g de azúcar glas
100 g de almendras molidas
125 g de mantequilla
½ tableta de chocolate con leche
1 vasito de moscatel
½ l de nata montada
4 huevos

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente colocamos las yemas y el azúcar glas batiéndolo bien y añadiendo las almendras, la mantequilla y el chocolate rallado, mezclándolo todo. Batimos las claras a punto de nieve y las añadimos a la mezcla anterior.

En una bandeja redonda colocamos las galletas mojadas en el moscatel y una vez que tenemos cubierta la base, ponemos una capa de la crema anterior, repitiendo el proceso hasta terminar las galletas. Adornamos con nata y la metemos en el frigorífico una hora.



Intenta comprender a los demás, en su consuelo encontrarás tu felicidad.



Tarta de nata y limón

Ingredientes:

½ kg de nata
100 g de azúcar
1 sobre de gelatina de limón
25 g de fideos de chocolate
½ l de agua

Para el bizcocho:

véase «Bizcocho de espuma para tartas»

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se disuelve la gelatina en un vaso con 2 cucharadas de agua. En un cazo se pone el medio litro de agua hasta que hierva, momento en el que añadimos la gelatina y lo retiramos dejándolo enfriar. A continuación se bate la nata con el azúcar y se reserva. Se corta el bizcocho en tres bases, se coloca la primera y se echa una capa de nata y otra muy fina de gelatina, haciendo lo mismo con las otras. La base superior y los costados se cubren con nata y se adornan con fideos de chocolate.

El amor es fruto de todas las estaciones, de todas las épocas y está al alcance de todos.



Tarta princesa

Ingredientes:

8 huevos
5 yemas de huevo
150 g de azúcar
125 g de maicena
200 g de cabello de ángel

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se baten las yemas con los huevos y el azúcar hasta que espesa, y luego se le agrega la maicena en forma de lluvia, removiéndola con la espátula. Se mete en un molde engrasado con mantequilla y en el fondo un papel de estraza engrasado con aceite. Se pone al baño maría en el horno a 150 °C durante 15 minutos; se deja enfriar en el mismo molde y cuando está frío se saca, se corta por la mitad y se rellena con el cabello de ángel. Se pone la otra mitad encima y se baña con la yema, adornándola con azúcar glas y frutas escarchadas.

Cuando veas a alguien triste, sonríele. La alegría despeja siempre la oscuridad.



Tarta de manzana con crema

Ingredientes:

Crema:

3 huevos
50 g de maicena
½ l de leche
1 palito de vainilla

Masa:

100 g de mantequilla
200 g de harina
4 cucharadas de agua
10 g de azúcar

Para la tarta:

4 manzanas reineta
100 g de mermelada de melocotón
20 g de azúcar
1 vaso de agua

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Para hacer la masa: se derrite la mantequilla, agregando el agua y el azúcar. Se amasa todo hasta que queda una pasta fina y se deja reposar media hora.

Para hacer la crema: poner la leche a hervir. En un recipiente aparte se mezclan los huevos, la harina y la maicena con un poco de leche fría y cuando hierve la que está en el fuego, se añade el batido, y se pone a cocer, sin dejar de remover hasta que espesa.

Para hacer la tarta: pelar las manzanas, quitándoles el corazón y cortándolas en rodajas finas. Se toma un molde desmontable, que engrasamos con mantequilla, se cubre con la masa que tenemos reposando, pinchando el fondo con una aguja, cubrimos con la crema y colocamos las rodajas de manzana ligeramente montadas unas sobre otras. Introducimos en el horno suave a 160 °C durante 30 minutos. Se pone al fuego en un cazo el agua, los 20 g de azúcar y los 100 g de melocotón, unos 10 minutos hasta obtener un jarabe. Después se pasa por el tamiz y se vierte por encima de la tarta.

.....

Ten paciencia con los demás. Pero sobre todo ¡ten paciencia contigo mismo!



Tarta de manzana con coñac

Ingredientes:

150 g de harina tostada
60 g de mantequilla
2 cucharadas de agua
10 g de azúcar
1 huevo
10 g de levadura en polvo
5 manzanas reinetas grandes
2 copas de coñac
1 paquete de pasas de corinto

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Para hacer la masa: en un recipiente se pone la harina con la levadura, y en el centro de la harina se echan el huevo, la mantequilla derretida y el azúcar y se amasa todo muy bien hasta que quede una pasta muy fina, que se dejará reposar un rato.

En un cazo se ponen las pasas con el agua y el azúcar, y se deja cocer 10 minutos. Se pelan las manzanas, se cortan en cuatro trozos y a continuación en rodajas, colocándolas en una fuente donde las espolvorearemos con el azúcar y las rociamos con el coñac. En un molde desmontable, previamente untado de mantequilla, se pondrá la masa extendida con un rodillo haciendo un pequeño borde alrededor, pinchamos el fondo y se van poniendo las rodajas de manzana alrededor de la masa, montadas ligeramente unas sobre otras, hasta llegar al centro; se introduce en el horno a 160 °C durante 30 minutos. Una vez fuera del horno, se espolvorea con las pasas ya escurridas.

Por último, cuando está ya casi frío, se echa por encima el almíbar de las pasas. Se puede adornar también con nata.

.....

El apego a uno mismo crea tristeza y desasosiego. ¡Abre tu alma al amor!



Tarta dorada

Ingredientes:

600 g de harina
250 g de mantequilla
200 g de almendra molida
200 g de azúcar
4 huevos
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se pone en un recipiente la mantequilla y el azúcar y se baten muy bien. Se van añadiendo las yemas una a una, después se le añade la harina, una o dos cucharadas de leche, la almendra, la ralladura de limón y por último las claras batidas a punto de nieve. Se vierte en un molde untado con mantequilla y se introduce en el horno a 160 °C durante 50 minutos.

Se adorna con almendras laminadas y azúcar.

.....

Derrota el egoísmo y proyecta tus energías en hacer el bien a los demás.



Tarta de hojaldre de manzana y nueces

Ingredientes:

6 manzanas
100 g de nueces
1 sobre de gelatina natural o de manzana
15 g de azúcar

Para el hojaldre:

véase «Hojaldre dulce o salado»

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Estiramos el hojaldre con el rodillo y se pincha un poco el fondo. Se pelan las manzanas y se cortan en cuatro, se les quita el corazón, se cortan en rodajas finas, y se colocan a lo largo montadas ligeramente unas sobre otras. Se pone una tira de manzana y otra de nueces y así hasta cubrir toda la masa.

Espolvoreamos con azúcar y la introducimos en el horno a 175 °C durante 30 minutos. Se saca y se deja enfriar. Hacemos la gelatina siguiendo las instrucciones del sobre y cuando está tibia se cubre la tarta.

.....

Deja que las cosas sean como son y cuida de los pequeños detalles de cada día. De pequeños pasos está hecha la grandeza del hombre.



Tarta delicia de hojaldre y manzana

Ingredientes:

4 manzanas reinetas grandes
50 g de azúcar
10 g de mantequilla
2 copas de licor de manzana
½ g de canela en polvo

Para el hojaldre:

véase «Hojaldre dulce o salado»

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se estira la masa unos 20 cm, dejando la base con medio centímetro de grosor y pinchándola varias veces con una aguja. Alrededor colocamos una tira de 2 cm a modo de borde. Metemos en el horno a 200 °C durante 20 minutos. Se pelan las manzanas, se cortan en láminas muy finas, y se reservan algunas aparte. El resto se pone en una sartén con la mantequilla y la canela, se fríen hasta que estén tiernas y se añade el licor, dejándolo cocer medio minuto más. Con esta mermelada se rellena el hojaldre, y las láminas se ponen formando círculos. Se espolvorea con azúcar y un poquito de canela, y se introduce en el horno a 160 °C 20 minutos más.

Qué dulce es esperar haciendo el bien, qué dulce es esperar con una sonrisa a nuestros hermanos los hombres.



Tarta de queso

Ingredientes:

5 huevos
100 g de fécula de maíz o maicena
50 g de leche en polvo
200 g de azúcar
250 g de queso

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente se ponen las yemas, el queso y la leche. Se bate muy bien hasta que quede una mezcla muy espumosa, y se le añade la fécula de patata o la maicena. Las claras se baten a punto de nieve con el azúcar y se mezclan con el batido de las yemas. Ponemos en un molde untado con mantequilla y se introduce en el horno a 160 °C durante 30 minutos.

.....

Escucha los consejos del que sabe mucho, pero haz caso del que más te ama.



Tarta de chocolate

Ingredientes:

100 g de chocolate
100 g de margarina
1 huevo
1 cucharada sopera de azúcar
150 g de galletas Dalia

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Derretir el chocolate al baño maría con unas gotas de leche. En un recipiente mezclar la margarina, el azúcar y la yema. Añadir a la mezcla el chocolate fundido y por último agregar la clara a punto de nieve. Mojar las galletas en leche y poner una capa de éstas y otra de la mezcla de chocolate y así sucesivamente (terminar siempre con chocolate). Meter en el frigorífico durante tres horas.

.....

El primero que experimenta la alegría de hacer el bien es el que lo hace.



Tarta de «queso danone» y limón

Ingredientes:

200 g de «queso danone»
250 g de nata líquida
el zumo de 3 limones
4 claras de huevo
1 sobre de gelatina de limón
100 g de azúcar

Para el hojaldre:

véase «Hojaldre dulce o salado»

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un cazo ponemos al fuego el zumo de los limones colado y cuando está templado se le echa la gelatina removiéndolo todo. En otro recipiente se bate el queso con la nata y se mezcla con la gelatina. Las claras se baten a punto de nieve muy consistente, se les añade el azúcar lentamente y se agregan al batido. Remover bien con una espátula, y luego echar encima de la masa y meter en la nevera durante tres o cuatro horas.

Tus acciones son mi alegría, y mi júbilo, las obras de tus manos.



Tarta de coco y flan

Ingredientes:

8 huevos
100 g de azúcar
250 g de coco rallado
1 lata de leche condensada
¼ l de leche natural
azúcar quemado

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se ponen las claras a punto de nieve y el azúcar y cuando está muy consistente se le añaden las yemas removiendo muy bien; se le agrega la leche condensada, se bate bien y a continuación se le agrega la misma cantidad de leche natural, el coco, y se bate un poco. En un molde ya preparado con el azúcar quemado, se echa el batido y se introduce en el horno al baño maría durante 20 minutos a 170 °C.

Cuando está frío se desmolda en una fuente. Puede servirse con trocitos de coco natural.

Con dos alas se remonta el hombre sobre las cosas de la Tierra: la sencillez y la pureza.



Tarta de fresas

Ingredientes:

800 g de fresas
1 paquete de galletas María
75 g de mantequilla
150 g de azúcar
1 huevo
la ralladura de la corteza de una naranja pequeña

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se limpian los fresas y se reservan. Se ponen las galletas molidas en un recipiente y en el centro se añade la mantequilla, el huevo y 25 g de azúcar, amasándolo todo hasta que esté muy compacto. Se hace una bola con la pasta, se coloca en un molde untado con mantequilla y se extiende por toda la base dejando un borde de 2 cm alrededor. Partimos los fresas por la mitad y los colocamos encima. Metemos al horno a 150 °C durante 15 minutos. Ponemos el resto de los fresas con el azúcar al fuego en un cazo con el zumo de naranja y dejamos que hierva durante 10 minutos. Lo pasamos por un tamiz y cuando la tarta esté fría echamos por encima el almíbar y se deja en la nevera.

No basta hacer el bien, es necesario hacerlo bien.



Aluaka al horno

Ingredientes:

½ l de nata
½ kg de bizcochos de soletilla
100 g de frutas escarchadas
5 claras de huevo
1 taza de coñac
125 g de azúcar

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un molde de cuatro centímetros de altura se pone una capa de bizcochos de soletilla, se cubren con nata, se ponen por encima las frutas escarchadas cortadas a trocitos y medios bombones. Las claras se batan a punto de nieve, se les echa el azúcar y se hace el merengue. Se adorna la tarta con él y se introduce en el horno 10 minutos a 200 °C. Se apaga el horno, se echa el coñac y se flambea dejándola reposar cinco minutos.

.....

Bienaventurados los que buscan la paz, porque ellos serán llamados hijos de Dios.



Brazo de gitano de galletas maría

Ingredientes:

2 paquetes de galletas maría
crema pastelera
crema de chocolate
25 g de azúcar glas
1 vaso de moscatel

Para la crema:

véase «Crema pastelera» y «Crema de chocolate»

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un cazo se pone a hervir durante 5 minutos el moscatel y el azúcar; se retira del fuego, se deja enfriar y se guarda en un bol. Se tiene preparada ya la bandeja donde se va a servir, se remoja ligeramente la galleta en la solución anterior y se añade una cucharadita de crema pastelera, así sucesivamente hasta poner todo el paquete; con el otro paquete procedemos de la misma manera, pero con crema de chocolate.

Los disponemos juntos en forma de brazo de gitano, lo bañamos todo con chocolate y lo espolvoreamos con coco o azúcar glas; también se puede adornar con nata.

Ved qué dulzura, qué delicia, convivir los hermanos juntos.



Tarta de yema y nieve

Ingredientes:

12 yemas

2 cucharadas de fécula de patata

Para el almíbar:

200 g de azúcar

¼ l de agua

200 g de frutas escarchadas

1 copa de coñac

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se baten las yemas hasta conseguir una crema espesa, se echa la maicena espolvoreándola, sin batir, ponemos en un molde (no desmontable) untado con mantequilla y se echa la crema. Se mete al horno a 150 °C durante 20 minutos. Se prepara el almíbar con el agua y el azúcar, y se deja hervir 10 minutos. Batir las claras a punto de nieve, añadir 12 cucharadas de azúcar y reservarlas.

Cuando se saca la tarta del horno, se baña con el almíbar caliente y se deja enfriar para que quede muy esponjosa; una vez fría se pone en una bandeja y se adorna con nata y las frutas escarchadas cortadas a trocitos. Adornar con las claras. Se mete al horno fuerte (200 °C) durante 5 minutos y luego se flambea con coñac.

Nuestra felicidad es sólo la renta proporcional de lo que damos.



Quesada pasiega

Ingredientes:

800 g de queso pasiego
100 g de mantequilla
350 g de azúcar
150 g de harina
5 huevos
ralladura de la corteza
de un limón
1 g de canela

Tiempo: 35 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol trituramos el queso, lo más fino posible, y se reserva. En otro recipiente se batien los huevos con el azúcar y la mantequilla derretida hasta que quede una crema espesa, agregándole después el queso, la ralladura de limón, la canela y la harina, ésta poco a poco, hasta conseguir una masa homogénea. La colocamos en un molde untado con mantequilla hasta alcanzar una altura de 2 o 3 cm y la introducimos en el horno durante 30 minutos a 200 °C. La superficie debe quedar bien dorada.

El verdadero amor no se conoce por lo que exige, sino por lo que ofrece.



Tarta de cuajada y sobados

Ingredientes:

1 paquete de sobados
2 sobres de cuajada
1 l de leche
azúcar quemado

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En el fondo de un molde se pone el azúcar quemado y encima los sobados, y se reserva. Colocamos un cazo al fuego y hervimos la leche reservando una taza. Con la leche reservada, batimos los dos sobrecitos de cuajada y los echamos en el cazo sin dejar de remover con una cuchara de madera. Cuando empieza a hervir lo retiramos y lo vertemos por encima de los sobados. Se mete en el frigorífico durante tres horas.

.....

La verdadera alegría está en tener la conciencia limpia.



Creimas



Crema pastelera

Ingredientes:

1 l de leche
4 huevos
100 g de harina o maicena
200 g de azúcar
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 15 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos la leche a hervir, reservando una taza. En un bol echamos los huevos, el azúcar, la leche reservada y la harina, y se bate todo junto. Cuando la leche está hirviendo se añade la mezcla; dejamos hervir dos o tres minutos y retiramos dejándolo enfriar.



El hombre que se levanta es más grande que el que no ha caído.



Crema de chocolate

Ingredientes:

1 l de leche
5 huevos
100 g de harina
50 g de cacao
150 g de azúcar

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos la leche a hervir, reservando una taza. En un bol echamos los huevos, el azúcar, el cacao, la leche que hemos reservado y la harina, y se bate todo bien. Cuando la leche hierve se le añade la mezcla, y sin dejar de remover con la cuchara de madera se deja hervir dos minutos más.



La sonrisa cuesta menos que la electricidad y da más luz.



Crema de limón

Ingredientes:

2 huevos
80 g de maicena
2 vasos de agua
ralladura de la corteza de 2 limones
150 g de azúcar
zumo de 1 limón

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se ponen los huevos, el azúcar, las ralladuras de los limones, el zumo de un limón y la maicena, se bate todo junto y se reserva. En otro recipiente aparte se echan los dos vasos de agua y se coloca en el fuego; cuando está hirviendo se le echa el batido sin dejar de remover con la cuchara de madera, se deja hervir un minuto, se retira y se deja enfriar.

A esta crema se pueden añadir, si se desea, pasas de corinto que se habrán puesto a remojar el día anterior en coñac.

El buen ejemplo es como un perfume que llena con su olor toda la casa.



Crema angelical

Ingredientes:

6 huevos
150 g de azúcar
2 copas de coñac
½ l de zumo de pera

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol se ponen las yemas con tres claras y 75 g de azúcar, se batan hasta que quede una crema espesa y se reserva. En un cazo se pone al fuego el zumo de pera y cuando está hirviendo se le agrega el batido. La maicena se disuelve en el coñac y se añade al zumo sin dejar de remover. Se deja hervir dos minutos para que espese, se retira y se deja enfriar. Las tres claras que quedan se batan a punto de nieve y se añaden a la crema fría. Reservar en la nevera.

.....

La bondad es para tu alma lo que la salud para tu cuerpo: cuando la posees no te das cuenta.



Crema de café

Ingredientes:

4 yemas de huevo
½ l de leche
40 g de maicena
24 g de mantequilla
150 g de azúcar
30 g de Nescafé

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol se echan las yemas, el azúcar, la maicena, un chorrito de leche, y se bate bien. En un cazo se pone al fuego el resto de la leche con el extracto de café o Nescafé, cuando hierve se le agrega el batido, lo dejamos un minuto más y se deja enfriar. Es una crema muy fina para adornar.

.....

El amor, con amor se paga, y el amor se manifiesta en las obras.

Crema de Santorini

Ingredientes:

1 l de leche
5 huevos
200 g de azúcar
50 g de maicena
75 g de fresas
½ limón

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se pone a hervir la leche con la cáscara de limón, reservando una taza. En un bol se echan las yemas, 125 g de azúcar, la maicena y la taza de leche fría que se ha reservado. Se bate bien hasta que quede espumoso y cuando hierve la leche que está en el fuego, se le añade este batido dejándolo hervir cinco minutos sin dejar de removerlo con la cuchara de madera. Se aparta del fuego y se vierte en una fuente. Batir las claras a punto de nieve con los 75 g de azúcar y echarlo todo en una manga pastelera con boquilla rizada. Adornar con fresas laminadas.

La sinceridad es el fiel reflejo de la persona.



Crema Frangilone a la almendra

Ingredientes:

100 g de almendras peladas y tostadas
1 copa de licor de naranja
200 g de azúcar
3 huevos
1 l de leche
160 g de maicena

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Hervimos la leche, reservando una taza. Los huevos, la maicena y la leche restante se ponen en un bol y se baten bien; cuando ya está la leche hirviendo se incorpora el batido y se remueve con la cuchara de madera; cuando espesa, se retira del fuego. Luego se mezclan las almendras tostadas y molidas con el licor de naranja y se añaden a la crema todavía caliente; se remueve enérgicamente y se mete en la nevera.

Para llegar al conocimiento de la verdad hay muchos caminos: el primero es la humildad, el segundo es la humildad y el tercero es la humildad.



Crema de moka

Ingredientes:

30 g de café molido
250 g mantequilla
200 g de azúcar
3 cucharadas de agua

Tiempo: 35 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente pequeño se pone una cucharada de azúcar al fuego y se deja que se dore. Añadimos el agua y lo dejamos hasta que rompe a hervir, añadiéndole en este momento el café molido y dejándolo hervir de nuevo durante un minuto. En un recipiente echamos la mantequilla y el azúcar batiéndolo hasta que quede una crema fina, agregándole después, sin dejar de batir, el café (antes lo habremos dejado enfriar) hasta que lo haya absorbido todo. Dejar enfriar en el frigorífico.

.....

No hay almohada más agradable y blanda para descansar que la buena conciencia.



Crema italiana

Ingredientes:

75 g de azúcar
12 yemas de huevo
¼ l de vino dulce
1 pellizco de canela

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un cazo echamos las yemas, el vino, el azúcar y la canela. Se bate con la varilla hasta que queda muy espumosa, y se pone la mezcla a fuego fuerte sin dejar de remover hasta que espese. Se sirve caliente.

.....

A quien ama, todo se le hace suave y fácil.



Glasa blanca

Ingredientes:

150 g de azúcar
1 clara de huevo
1 vaso de los de vino de agua

Tiempo: 15 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un cazo ponemos al fuego el azúcar y el agua. Cuando rompe a hervir se retira y se deja a un lado que hierva muy despacio. Cuando tenga el punto de hebra se incorpora la clara a punto de nieve y sin dejar de remover con espátula.

Cuando espesa se retira y se deja enfriar. La glasa es para adornar tortas y tartas.

.....

Amar sin sufrir no es amar, y vivir sin amar no es vivir.



Merengue

Ingredientes:

4 claras de huevo
100 g de azúcar

Tiempo: 10 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos las claras a punto de nieve, les añadimos el azúcar sin dejar de batir lentamente hasta que quede el merengue muy consistente.

Puede utilizarse también para adornar postres.



La alegría compartida es la plenitud de la vida.



Merengue doble a la española

Ingredientes:

6 claras de huevo
150 g de azúcar

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Batir las claras a punto de nieve. Cuando están muy consistentes, añadimos el azúcar poco a poco y seguimos batiendo hasta que el merengue quede muy duro. A continuación, en una manga pastelera con boquilla ancha rizada, se echan dos montoncitos en moldes de papel y se colocan en una plancha de horno, se espolvorean con azúcar y se meten al horno a 150 °C hasta que se doren. Se dejan enfriar.

.....

Aprender a dar la vida en los gestos cotidianos de cada jornada.



Azúcar quemado

Ingredientes:

250 g de azúcar
1 copita de agua
20 g de zumo de limón

Tiempo: 5 minutos



Dificultad:



Coste:

.....

Preparación

En un cazo se pone el azúcar en el fuego hasta que tome color. Se retira y se le añade el agua. Se pone de nuevo al fuego moderado, dejándolo hervir hasta que espese, se le añade el limón y se deja enfriar.

.....

La familia tiene la misión de ser cada vez más lo que es, es decir, comunidad de vida y amor.



Postres varios



Pastel de nuez

Ingredientes:

3 huevos
180 g de azúcar
180 g de harina
150 g de mantequilla
50 g de nueces
15 g de levadura en polvo
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se baten las claras a punto de nieve, se les añade el azúcar y cuando está consistente lo mezclamos con las yemas. Por último se pone la harina mezclada con la levadura, la ralladura de limón y la mantequilla derretida. Se hace el almíbar con un cuarto de litro de agua, se mezcla todo batiéndolo y se pone en un molde untado con mantequilla, que introducimos en el horno a 160 °C durante 25 minutos. Se saca y se emborracha con almíbar de nuez.*

Se puede poner gelatina de limón por encima.

Si eres humilde, nada te afectará, ni los aplausos ni la desgracia, porque sabrás lo que en verdad eres.



Suspiros de Santa Catalina

Ingredientes:

85 g de nata
85 g de azúcar
85 g de harina
2 huevos
20 g de levadura en polvo
30 g de mantequilla

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol se ponen las yemas, el azúcar y la nata, y se baten bien. Se mezcla la harina con la levadura y se añade poco a poco al batido, removiéndolo con la espátula de madera.

En otro recipiente batimos las claras a punto de nieve y las incorporamos al batido junto con la mantequilla. Preparamos una placa de horno engrasada con mantequilla y con una cucharilla hacemos montoncitos. Lo introducimos en el horno a 160 °C durante 15 minutos.

Fuiste luz para los pueblos, les diste la paz ansiada; renovaste las costumbres, ánimos fieros amansas.



(De un himno litúrgico de la fiesta de Santa Catalina.)

Bolitas de nuez

Ingredientes:

125 g de nueces molidas
100 g de galletas maría molidas
75 g de maicena
85 g de leche condensada
150 g de fideos de chocolate

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente se mezclan las nueces, las galletas, la leche condensada y la maicena, amasándolo todo hasta conseguir una masa compacta. Hacemos unas bolitas pequeñas rebozándolas en los fideos de chocolate y se introducen en la nevera.

Hacen la delicia de los niños en sus fiestas de cumpleaños.

.....

No hagas nada empujado por una pasión furiosa. Es como hacerse a la mar en plena tempestad.



Enredos de Panamá

Ingredientes:

330 g de harina
1 dl de aceite
1 dl de vino
moscatel
azúcar

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol se echa la harina, el aceite y el vino, y se amasa todo junto hasta que haga correa. Lo dejamos reposar 15 minutos y transcurrido este tiempo lo ponemos en un mármol estirándolo con el rodillo hasta dejarlo de medio centímetro de grosor. Lo cortamos a tiras de un centímetro, que iremos enrollando en un tubo metálico hueco para que tomen la forma de tirabuzones, y los freímos con mucho aceite.

Cuando están fritos se sacan y se espolvorean con azúcar.

.....

Nuestro corazón a menudo sabe rápidamente lo que nuestra mente averigua con el tiempo.



Almendrillos

Ingredientes:

375 g de almendras peladas
250 g de azúcar
625 g de harina
100 g de levadura en polvo
4 huevos
¼ l de agua
15 g de ralladura de limón
10 g de canela
1 taza de aceite

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol hondo echamos la harina mezclada con la levadura, las almendras, el azúcar, los huevos, el agua, el limón y el aceite; trabajamos la pasta hasta que esté muy unida; cuanto más se trabaje mejor. Hacemos con la masa unas tiras de 4 cm de grosor por 10 cm de largo, colocándolas separadas unas de otras en una placa de horno untada con mantequilla. Se pintan con huevo batido con una brocha plana, introduciéndolas luego al horno durante 30 minutos a 160 °C.

Disminuye el daño procurando comprender a quien lo hace.



Picarones de San Martín de Porres

Ingredientes:

5 huevos
350 g de harina
75 g de mantequilla
100 g de azúcar
1 vasito de licor de plátano
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos los huevos y el azúcar hasta que resulte una crema. Añadimos el licor de plátano y la mantequilla, batiéndolo de nuevo. Agregamos la harina mezclada con la levadura hasta conseguir una masa fina y compacta y la dejamos reposar 20 minutos.

Con la masa formamos unas bolitas a las que les hacemos un orificio en el centro, que iremos ensanchando, dejando unas partes más anchas que otras. Las vamos dejando en el mármol y cuando están todas las freímos en aceite no muy caliente, hasta que se doren. Espolvorear con azúcar.

Al ayudar a los demás, los mejores resultados se obtienen cuando les enseñas a ser responsables de sí mismos.



Yemas de la Reina

Ingredientes:

18 yemas de huevo
¼ l de agua
400 g de azúcar
1 copa de whisky

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Engrasamos un molde de 34 x 20 cm con mantequilla y se reserva. En un cazo al fuego ponemos el agua y el azúcar, dejándolo hervir durante 10 minutos. En un bol ponemos las yemas y las batimos hasta que estén muy espumosas y espesas; las echamos en el molde ya preparado y las introducimos en el horno a 160 °C durante 20 minutos. Cuando están doradas se sacan y se cortan en cuadraditos de 3 x 3 cm.

Añadimos el whisky al almíbar caliente, lo echamos en las yemas y lo dejamos enfriar. Se adornan con nata y guindas.

.....

Las recompensas de la tolerancia a nivel personal son la serenidad, el compañerismo y el crecimiento espiritual.



Rosquillas «Tío Rogelio»

Ingredientes:

350 g de harina
1 vasito de vino rancio
1 vasito de aceite frito
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente colocamos la harina mezclada con la levadura, el vino y el aceite, y amasamos hasta que esté bien macerado, dejándolo reposar 15 minutos. Hacemos las rosquillas con un agujerito en el centro y las colocamos en un mármol espolvoreado de harina, luego las pintamos por encima con aceite con una brocha plana y las freímos en aceite caliente hasta que estén doradas, colocándolas en una bandeja y bañándolas en un almíbar claro.*

.....

La persona que causa tu resentimiento probablemente ni siquiera es consciente de ello.



Rosquillas de anís

Ingredientes:

350 g de harina
1 vasito de aceite frito
100 g de azúcar
20 g de anisetes molidos
1 copa de anís dulce
20 g de levadura en polvo
3 huevos
aceite

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente batimos los huevos enteros con 80 g de azúcar hasta que nos quede una crema, le añadimos el aceite, los anisetes y el anís. Batimos la mezcla un poco y le agregamos la harina mezclada con la levadura, que echaremos lentamente, y la amasamos trabajándola en un mármol y dejándola reposar durante una hora.

Luego cogemos trocitos de masa y les haremos un orificio en el centro, untándolos de aceite por encima con una brocha plana. Los freímos en abundante aceite bien caliente hasta que se doren y los espolvoreamos con azúcar.

Un corazón limpio no encierra en su interior secreto alguno, recibe tanta luz como da.



Rosquillas de naranja

Ingredientes:

el zumo de tres naranjas
6 yemas de huevo
3 cucharadas de aceite
45 g de azúcar
1 copa de coñac
20 g de levadura en polvo harina (la que admita)

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol ponemos las yemas, el azúcar, el zumo de naranja, el coñac y el aceite, batiéndolo hasta que quede espumoso. Le añadimos la harina mezclada con la levadura, amasando cuanto más rato mejor, y lo dejamos reposar durante 15 minutos. Colocamos la masa sobre un mármol espolvoreado de harina y hacemos unas tiras delgadas enrollándolas en forma de espiral; luego las freímos en abundante aceite caliente dejándolas dorar.

Se sacan y se espolvorean con azúcar.

Escuchar con el espíritu abierto a los demás forma parte de ser bueno con uno mismo.



Rosquillas de yema

Ingredientes:

200 g de azúcar
1 vasito de agua
6 yemas de huevo

Para el hojaldre:

véase «Masa de hojaldre»

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Colocar un cazo al fuego con el azúcar y el agua para hacer un almíbar. En un bol se ponen las yemas bien batidas agregándoles el almíbar sin dejar de removerlo hasta que espese, y se deja enfriar. Colocar el hojaldre sobre el mármol y estirarlo hasta dejar un centímetro de grosor; se pincha con una aguja para que no suba demasiado. Se corta la masa con dos moldes redondos, uno grande y otro pequeño, para conseguir hacer las rosquillas. Se ponen en una placa en el horno a 200 °C durante 20 minutos.

Se sacan y se bañan con el almíbar de yema.

.....

La paciencia no consiste sólo en refrenarse, sino que es el fruto de la amabilidad, la comprensión y la aceptación.



Rosquillas de nata

Ingredientes:

1 kg de harina
250 g de nata
250 g de azúcar
3 huevos
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se bate la nata con los huevos y el azúcar hasta que quede una crema. A continuación echamos lentamente la harina mezclada con la levadura, la amasamos y trabajamos hasta que quede muy fina y la dejamos reposar 30 minutos. Pasado este tiempo hacemos las rosquillas y las dejamos sobre una mesa.

Ponemos aceite a calentar en una sartén y las freímos, sacándolas cuando estén doradas. Se espolvorean con azúcar.

.....

No tranquilices tu conciencia a costa de otra persona.



Tocinito de cielo

Ingredientes:

12 yemas de huevo
¼ l de agua
375 g de azúcar
vainilla

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se prepara un molde con 75 g de azúcar y medio vaso de agua para un almíbar muy espeso y se reserva. En un cazo al fuego ponemos el agua, el azúcar restante y la vainilla, y dejamos que hierva 10 minutos antes de retirar del fuego. En un bol se batan las yemas con tres cucharadas de agua fría; cuando están batidas se les añade el almíbar poco a poco, sin dejar de remover con la espátula de madera, y cuando se ha echado todo el almíbar, vertemos el batido en el molde preparado tapándolo con papel de aluminio. Se pone al baño maría 5 minutos desde que empieza a hervir y seguidamente se introduce en el horno a 170 °C, en el mismo molde, durante 15 minutos.

.....

Hoy puedo resolver lo que ayer hice mal.



Pastelillos

Ingredientes:

85 g de nata
1 taza de azúcar
1 huevo
100 g de harina
100 g de cabello de ángel o crema
15 g de levadura en polvo

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se bate el huevo con la nata y el azúcar hasta que resulte una crema, añadiendo entonces la harina mezclada con la levadura. La amasamos trabajándola y la dejamos reposar 10 minutos. Pasado este tiempo la ponemos en el mármol y la estiramos con un rodillo hasta que quede una masa fina.

Procederemos a cortar cuadraditos de 8 x 8 cm en los que colocaremos en el centro el relleno y doblaremos, cortándolos después con el cortapastas metálico y dándoles la forma de media luna (se puede rellenar con cabello de ángel o crema). Ponemos el aceite a calentar en una sartén y los freímos. Cuando estén dorados se sacan y se espolvorean con azúcar.

El pozo sin fondo se llena dando y no tomando.



Pastelillos de alma

Ingredientes:

1 kg de harina
¼ l de cazalla
225 g de cabello de ángel
100 g de azúcar para espolvorear
½ l de aceite
1 vaso pequeño de agua

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se vierte el aceite en un recipiente, agregamos el agua, la cazalla y la harina, y lo amasamos todo hasta obtener una masa elástica. Cogemos porciones de masa y las estiramos con el rodillo dándoles forma de círculo; ponemos una cucharadita de cabello de ángel en el centro, doblamos la masa y la redoblamos hacia arriba de forma que quede un bordecito. Los ponemos en una placa de horno engrasada con aceite y los introducimos en el horno a 210 °C hasta que estén dorados. Se sacan y se pasan por azúcar.

Cuando tratamos de camuflar nuestros defectos echando la culpa a los demás, lo único que conseguimos es que crezcan.



Huesos de San Froilán

Ingredientes:

500 g de harina
¼ l de aceite
3 huevos
75 g de azúcar
1 copa de aguardiente
20 g de levadura en polvo
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente echamos la harina mezclada con la levadura, se hace un hueco en el centro, donde ponemos los huevos batidos con el azúcar, el aceite, el aguardiente y la ralladura de limón, y lo amasamos hasta que quede una pasta fina. Lo dejamos reposar 30 minutos.

Pasado este tiempo se hacen bolitas y se estiran hasta 6 cm, haciéndoles unas estrías de poca profundidad para que se abran al freír; y se van friendo en abundante aceite que no esté muy caliente hasta que queden doraditos. Se sacan y se espolvorean con azúcar glas.

La tristeza deja el alma como parálitica y privada de todas sus facultades.



Mostachones nevados

Ingredientes:

8 huevos
350 g de harina
500 g de azúcar
40 g de levadura en polvo
azúcar lustre

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Batimos los huevos y echamos el azúcar despacio hasta que esté bien mezclado. Añadimos la harina junto con la levadura y la trabajamos hasta que quede una pasta fina. Se engrasa con aceite la placa del horno y vamos echando montoncitos de pasta con una cuchara de madera; se meten a horno suave (150 °C) durante 20 minutos, sacándolos cuando estén dorados y espolvoreándolos con azúcar lustre.

.....

El amor que no se da continuamente se está muriendo lentamente.



Mantecados al vino

Ingredientes:

½ kg de manteca de cerdo
1 vasito de vino blanco
150 g de azúcar glas
1 kg de harina

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente se bate la manteca con la varilla hasta que esté espumosa, añadiéndole el vino sin dejar de batir. Cuando está cremosa, añadimos la harina haciendo una pasta consistente, que no se trabaja mucho, dejándola reposar 20 minutos. Pasado este tiempo, la extenderemos con un rodillo hasta que tenga un grosor de centímetro y medio. La cortamos con moldes de pastas, colocándolos en una placa de horno, y los dejamos reposar destapados durante toda la noche. Al día siguiente los introducimos en el horno bien caliente, a 200 °C.

Cuando están dorados se sacan y se espolvorean con azúcar glas.

.....

Busca el cambio por buenas razones, en lugar de temerlo por malas razones.



Tortitas de anís

Ingredientes:

2 huevos
¼ l de aguardiente
¼ l de aceite
250 g de azúcar
600 g de harina

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol se pone la harina colocando en el centro los huevos, el azúcar, el aguardiente y el aceite, mezclándolo todo y removiendo la harina lentamente hasta formar una masa compacta. Hacemos doce porciones de masa iguales, las estiramos con la manos dejando un grosor de un centímetro, las decoramos haciéndoles pequeños hoyos en la parte superior con los dedos y las colocamos en una bandeja de horno untada de aceite. Las espolvoreamos con azúcar y las introducimos en el horno a 160 °C durante 20 minutos.

.....

Todos los caminos son buenos si conducen a la morada donde habita un alma necesitada.



Galletas mantecadas

Ingredientes:

1 taza de nata
350 g de harina
60 g de manteca de cerdo
40 g de azúcar
2 huevos
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol echamos la harina mezclada con la levadura, colocamos en el centro la nata, la manteca de cerdo, el azúcar y los huevos, mezclándolo todo muy bien hasta hacer una masa fina. La dejamos reposar 30 minutos y transcurrido este tiempo ponemos la masa en un mármol y la estiramos con un rodillo dejándola de un centímetro de grosor. La cortamos con moldes de figuras y luego las colocamos en una placa de horno pintándolas por encima con huevo batido y espolvoreándolas con azúcar. A continuación se introduce en el horno a 160 °C durante 20 minutos.

*Primero conocer, luego comprender, después aplicar, seguidamente
compartir.*



Rosquillos de San Blas

Ingredientes:

2 huevos
500 g de harina
100 g de azúcar
1 vasito de anís
1 copa de aceite
20 g de levadura en polvo
ralladura de la corteza de un limón
azúcar glas

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se baten los huevos con el azúcar. Luego se añade el anís, el aceite y la ralladura de limón, mezclándolo bien. Agregamos la harina con la levadura y lo amasamos todo hasta conseguir una masa fina, dejándola reposar durante 20 minutos. Pasado este tiempo formamos pequeñas rosquillas, colocándolas en una placa de horno. Se pintan con huevo batido y se hornean a 170 °C hasta que estén doradas. Se sacan y se cubren con azúcar glas.

La iluminación espiritual puede llegar a cada uno de nosotros en momentos diferentes, pero nunca demasiado pronto ni demasiado tarde.



Magdalenas caseras

Ingredientes:

6 huevos
¼ l de aceite
¼ kg de azúcar
350 g de harina
1 copa de coñac
2 sobres de gaseosa
moldes de papel

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente batimos los huevos con el azúcar y el coñac (ha de quedar como una crema), luego se va agregando poco a poco la harina, el aceite y por último los sobres de gaseosa, procurando que se disuelva bien. Seguidamente colocamos los moldes en una bandeja de horno, de modo que no se junten, y vamos echando la masa sin llenarlos por completo, pues suben bastante. Espolvoreamos con azúcar y metemos al horno a 180 °C durante 20 minutos.

No necesitamos experimentar la ceguera para desear ver la luz.



Magdalenas aéreas

Ingredientes:

21 huevos
1 l de aceite
1 kg de azúcar
1 kg de harina
3 sobres de gaseosa
moldes de papel

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente hondo echamos los huevos y los batimos, añadiendo el azúcar; se siguen batiendo hasta conseguir una crema. Agregamos la harina, lo removemos un poco y echamos el aceite y las gaseosas, batiéndolo bien. Ponemos los moldes en una bandeja de horno, llenándolos hasta la mitad, y los metemos en el horno a 175 °C durante 25 minutos.

.....

La avaricia es la manifestación superficial de un vacío espiritual interior.



Magdalenas de clara y almendra

Ingredientes:

6 claras de huevo
500 g de azúcar
600 g de almendras tostadas y partidas por la mitad a lo largo

Tiempo: 35 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos las claras a punto de nieve y cuando están muy consistentes añadimos las almendras y el azúcar, mezclándolo todo muy bien. Preparamos una placa de horno donde se ponen los moldes de magdalena (que no sean grandes), llenándolos hasta la mitad con una cuchara de madera, y los introducimos en el horno, que estará a 200 °C. Lo bajamos a 150 °C y dejamos cocer de 30 a 40 minutos.

La comprensión y la compasión auténticas incluyen acción.



Cuadraditos de San Benito

Ingredientes:

150 g de manteca de cerdo
120 g de mantequilla
350 g de azúcar
350 g de huevos (pesados sin cáscara)
350 g de harina
2 sobres de gaseosa

Tiempo: 70 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se ponen los huevos y la manteca blanda batiéndolos unos 15 minutos; se añade el azúcar y se vuelven a batir otros 15 minutos. Agregamos la harina y la mantequilla y seguimos batiendo hasta que quede una crema clara, incorporándole entonces la gaseosa. Tenemos los moldes preparados (se pueden untar con manteca si se quiere) en una bandeja de horno, y vamos llenando hasta la mitad para que no rebosen. Ponemos un piñón en cada una de las cuatro esquinas y otro en el centro. Se meten en el horno a 175 °C durante 20 minutos.

Servir a los demás es un remedio seguro para el ensimismamiento.



Almojobanas de San Valero

Ingredientes:

1 taza de aceite
¼ l de agua
3 huevos
250 g de nata para rellenar harina (la que admita)

Tiempo: 440 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un cazo al fuego se echa el aceite y el agua. Cuando rompe a hervir, añadimos la harina que admita hasta que se forme una bola. La retiramos del fuego y la dejamos enfriar. Una vez fría le añadimos los huevos uno por uno. Echamos el primero y lo trabajamos con la espátula, y cuando está absorbido echamos otro, y hacemos lo mismo con el tercero. Engrasamos una bandeja de horno con mantequilla y vamos poniendo, ayudados de una cuchara, montoncitos del tamaño de un huevo; metemos la bandeja en el horno a 180 °C durante 30 minutos.

Se hace una estría y se rellena de nata.

.....

Cuanto más digno de confianza seas, más confiarás en las otras personas.



Galletas de nata

Ingredientes:

85 g de nata
85 g de azúcar
170 g de harina
2 huevos
20 g de levadura en polvo
30 g de mantequilla

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos las yemas con el azúcar y la nata; añadimos la levadura mezclada con la harina y lo mezclamos muy bien. Por último, incorporamos las claras a punto de nieve y la mantequilla. Las cortamos con moldes metálicos, las colocamos en una bandeja de horno engrasada con mantequilla y las cocemos a 160 °C durante 20 minutos.

El primer paso hacia el amor incondicional consiste en aceptar a los demás tal como son.



Almendradas

Ingredientes:

6 claras de huevo
750 g de almendras sin tostar, pero muy secas
500 g de azúcar
ralladura de la corteza de un limón

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se montan las claras a punto de nieve, añadimos a éstas las almendras picadas, la ralladura de limón y el azúcar. Ponemos montoncitos en una placa de horno engrasada con mantequilla y la introducimos en el horno a 150 °C hasta que se doren.

.....

Hoy y todos los días abre tu mente y corazón además de tus ojos.



Pastelitos para té

Ingredientes:

6 yemas de huevo
250 g de azúcar
1 sobre de pastel fresco
½ l de leche

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un cazo ponemos la leche al fuego hasta que rompa a hervir. En otro recipiente batimos las yemas y el azúcar. Cuando la mezcla está cremosa le añadimos la leche caliente, la ponemos a fuego suave sin dejar de remover con una cuchara de madera y, cuando espesa, la retiramos y dejamos enfriar.

Cuando está frío, mezclamos el sobre de pastel y lo batimos con la batidora de cuchillas 2 minutos. Ponemos la mezcla en un molde con azúcar quemado en el fondo, la dejamos enfriar en el frigorífico 3 horas, la sacamos y cortamos a cuadrillos de 4 x 4 cm, que ponemos en moldes.

.....

El que ama no hace cálculos, no busca ventajas. Actúa en secreto y gratuitamente por sus hermanos sabiendo que cada hombre, sea quien sea, tiene un valor infinito.



Sandalias del pescador

Ingredientes:

6 huevos
200 g de azúcar
250 g de harina
50 g de azúcar glas
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batir muy bien las yemas con el azúcar hasta que quede una crema, y luego añadir la harina mezclada con la levadura. En otro recipiente batimos las claras a punto de nieve, agregándolas a las yemas y mezclando muy bien con la espátula. Se pone la masa en una manga con boquilla ancha, dibujamos las sandalias (unos 15 cm) en un papel de estraza, que colocamos en la bandeja del horno, y rellenamos con la pasta (se puede espolvorear con azúcar glas). Se introducen en el horno caliente a 200 °C y cuando están doradas se sacan.

También se pueden rellenar dos sandalias juntas con pasta pastelera o chocolate.

Tú eres Pedro y sobre esta piedra edificaré mi Iglesia y el poder del infierno no la derrotará. Te daré las llaves del reino de los cielos.



Bizcochitos para el té

Ingredientes:

75 g de mantequilla
4 huevos
150 g de azúcar
125 g de harina
60 g de maicena
60 g de almendra molida
20 g de levadura
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se ponen los huevos, el azúcar y la ralladura de limón. Se bate todo muy bien de modo que quede esponjoso, y luego se incorpora la harina mezclada con la levadura y la almendra, removiéndolo todo con una espátula. Cuando está todo bien mezclado, se añade la mantequilla derretida y se remueve de nuevo. Después se coloca en obleas a montoncitos con una cucharilla. Se mete en el horno a 160 °C durante 15 minutos.

Pueden adornarse con guindas o las almendras enteras.

*Cuando creas que Dios no te oye, no te impacientes, escúchale dentro de ti,
que ahí está.*



Pastas de té

Ingredientes:

750 g de harina
375 g de mantequilla
300 g de azúcar
3 huevos
2 yemas de huevo
vainilla líquida
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 65 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se bate la mantequilla hasta que esté espumosa, y sin dejar de batir se añade el azúcar, los huevos, las yemas, la vainilla y la harina lentamente hasta conseguir una masa fina. Se cubre con un paño y se mete en el frigorífico 2 horas. Después colocamos la masa en un mármol y la estiramos con un rodillo dejando un grosor de un centímetro, la cortamos con moldes metálicos de variadas formas y la colocamos en una placa de horno que habremos engrasado antes con mantequilla. Una vez colocadas todas, las pintaremos con una brocha plana con huevo batido y las espolvorearemos con azúcar. Hornear a 200 °C durante 20 minutos. Se sacan de dos en dos y se rellenan de mermelada y chocolate, espolvoreándolas con azúcar glas.

El descubrimiento de uno mismo es una de las oportunidades más valiosas que nos depara la vida espiritual.



Buñuelos de chocolate

Ingredientes:

500 g de harina
25 g de levadura de pan
½ l de leche
100 g de cacao
150 g de mantequilla
50 g de azúcar
2 vasos de agua
aceite

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un cazo se calienta un vaso de agua con la levadura. Cuando está disuelta se añade la harina y se amasa suavemente, añadiendo el otro vaso de agua poco a poco hasta que quede una masa blanda y fina, tapamos el recipiente, y dejamos reposar 20 minutos. Calentamos el aceite y freímos los buñuelos en pequeñas bolitas y dejándolas después en una fuente. Ponemos la leche al fuego, reservando una tacita. En un bol aparte mezclamos la leche reservada, el azúcar y el cacao. Cuando está disuelto se añade a la leche hirviendo, sin dejar de remover con la cuchara de madera hasta que espese.

Lo retiramos y bañamos los buñuelos con la mezcla caliente.

*El hombre que tiene esperanza ve éxito donde los demás ven fracaso, sol
donde los demás ven sombra y tormenta.*



Buñuelos de plátano

Ingredientes:

6 plátanos
225 g de harina
1 vaso de los de vino de leche
3 huevos
10 g de azúcar glas
20 g de levadura en polvo
aceite

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol grande ponemos las yemas y las batimos hasta formar una crema; añadimos la harina y poco a poco agregamos la leche y lo amasamos hasta que quede una pasta fina. Batimos las claras a punto de nieve y las incorporamos. Pelamos los plátanos y los cortamos en rodajas de medio centímetro, agregándolo también a la pasta.

En una sartén ponemos abundante aceite a calentar y con una cuchara vamos echando porciones de masa hasta que se doren. Una vez fritos los buñuelos, se dejan en una fuente y espolvoreamos con azúcar glas.

La amistad mejora la felicidad y mitiga la desdicha, doblando nuestra alegría y dividiendo nuestro dolor.



Buñuelos de viento

Ingredientes:

75 g de harina
25 g de mantequilla
25 g de azúcar
1 taza de leche
20 g de levadura en polvo
1 copita de ron
1 huevo

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Poner al fuego la leche, la mantequilla, el azúcar y el ron; cuando hierva echamos la harina de golpe, removiendo con una espátula de madera hasta que se suelte de las paredes y se adhiera a la espátula; se retira y se deja enfriar. Agregamos un huevo y lo trabajamos con la espátula hasta que lo absorba. Luego incorporamos la levadura. Ponemos en una sartén el aceite a calentar y cuando esté bien caliente, con dos cucharitas haremos unas bolitas que freiremos hasta que doren.

Cuando están frías se hace una pequeña estría en un lado, se rellenan de crema pastelera o nata y se espolvorean con azúcar glas.

La plegaria, especialmente si es por otra persona, puede librarnos de las ataduras del resentimiento.



Colinetas cubanas

Ingredientes:

400 g de harina
65 g de mantequilla
50 g de azúcar
3 huevos
1 taza de anís dulce

Tiempo: 45 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos bien los huevos, el azúcar, el anís y la mantequilla. Añadimos la harina poco a poco y se trabaja dejando una masa fina que dejamos reposar 20 minutos. Después colocamos la masa en una mesa, estirándola con un rodillo hasta que nos quede de medio centímetro, y la cortamos en tiras de 5 o 6 cm de largo por 3 de ancho.

Ponemos la sartén con bastante aceite, y antes de que esté bien caliente freímos las tiras hasta que se doren (al echarlas a la sartén hemos de girarlas enseguida de un extremo para que nos queden en forma de pajarita). Se sacan y se espolvorean con azúcar.



Una rigurosa honradez contigo mismo es esencial para recuperarte y crecer espiritualmente.



Churros

Ingredientes:

1 tazón de harina
1 tazón de agua
1 g de sal

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un cazo calentamos el agua con la sal. Cuando hierva echamos la harina de golpe, removiéndola con una espátula de madera, y se trabaja hasta que se desprende de las paredes del cazo; se forma una bola con la espátula y se deja enfriar.

Una vez esté fría la colocamos en la churrera y freímos los churros; cuando están dorados se sacan y se espolvorean con azúcar.

.....

No tienes por qué pasar por nada tú solo... jamás. Cerca de ti siempre encontrarás comprensión y ayuda.



Cucuruchitos rellenos

Ingredientes:

Para la masa:

1 vasito de moscatel

1 vasito de aceite

100 g de harina

200 g de azúcar

Para la crema:

6 yemas de huevo

1 vasito de leche

25 g de maicena

60 g de azúcar

1 cucharada de zumo de limón

12 conos metálicos

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol ponemos el aceite y el moscatel y vamos echando la harina poco a poco, amasándolo hasta que quede una masa fina, que se dejará reposar 30 minutos. Se pone encima de un mármol, estirándola hasta dejarla con medio centímetro de grosor, y luego forramos los conos con la masa. Ponemos el aceite a calentar y se fríen. Cuando están dorados se sacan y se dejan enfriar. Después hacemos la crema y rellenamos los cucuruchos, espolvoreándolos con azúcar.

.....

Los instrumentos espirituales funcionan bien cuando estamos dispuestos a usarlos.



Roscón de Reyes

Ingredientes:

500 g de harina
200 g de mantequilla
5 huevos
75 g de azúcar
25 g de levadura prensada
2 cucharadas de agua
3 g de sal
ralladura de corteza de limón frutas escarchadas para adornar

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos la harina en un montón encima de un mármol y practicamos un hueco en el centro donde colocaremos la levadura con el agua templada; hacemos una bola y la dejamos reposar en sitio templado para que suba el doble. Incorporamos los huevos, el azúcar y la sal, amasando fuertemente, añadimos más levadura, y seguimos amasando. Agregamos la mantequilla (cuanto más se trabaja más esponjosa queda la masa). En una placa de horno engrasada con mantequilla, ponemos la masa en forma de roscón, la tapamos con un paño grueso y la dejamos reposar hasta que crezca el doble (de 2 a 3 horas). Se pinta con huevo batido ayudados de una brocha plana, lo adornamos con frutas escarchadas y montoncitos de azúcar, y lo metemos al horno a 200 °C durante 30 minutos.

Se decora con una corona de cartón o de chocolate.

La gente se siente sola porque construye muros en lugar de puentes.



Almendras garrapiñadas

Ingredientes:

500 g de almendras
300 g de azúcar
200 g de agua

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se quita la cáscara de las almendras y las echamos en una tartera de barro con el azúcar y el agua. La ponemos al fuego y dejamos hervir lentamente hasta que se evapora toda el agua, sin dejar de dar vueltas con la espátula de madera para que el azúcar no se queme y se pegue; se sigue removiendo hasta que tomen color carmín. Las ponemos encima del mármol y las soltamos unas de otras. Cuando están frías, las metemos en frascos de cristal cerrados herméticamente. Se conservan durante mucho tiempo.

.....

Si no tienes experiencia, pregunta. Preguntar no es una vergüenza, pero no finjas saber lo que no sabes.



Pestiños

Ingredientes:

450 g de harina
1 taza de aceite caliente
1 copa de anís
1 copa de vino blanco caliente
300 g de miel
¼ l de agua caliente

Tiempo: 35 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Hervimos en un cazo la miel y el agua durante 5 minutos y reservamos. En un mármol ponemos la harina en un montón, y hacemos un hueco en el centro donde añadimos el aceite, el anís y el vino, amasándolo hasta que quede una pasta fina. Seguidamente la estiramos con el rodillo, cortamos en tiras, freímos y cuando están dorados se sacan y se bañan con el almíbar, dejándolos a continuación en una bandeja para servirlos.

Se pueden espolvorear con fideos de colores.

Un corazón abierto no atesora amor, lo comparte.



Pestiños de Andalucía

Ingredientes:

300 g de harina
15 g de anisetes
250 g de miel
1 copa de aceite
1 copa de vino blanco
corteza de limón

Tiempo: 35 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Echamos el aceite en una sartén; cuando esté caliente, incorporamos la corteza de limón dejándola hasta que se dore. Seguidamente lo retiramos y añadimos los anisetes. En un recipiente ponemos el aceite frito una vez frío, y añadimos el vino y la harina haciendo una masa fina. La colocamos en un mármol, estirándola con un rodillo hasta que nos quede de 1 cm de grosor. Cortamos la masa a cuadritos (unos 5 cm), y dejamos reposar durante 5 minutos, friéndolos una vez transcurrido este tiempo. Lo sacamos; una vez fríos se pueden bañar en miel o espolvorear con azúcar.

El amor que regalamos es sólo el amor que conservamos.



Cuchiflitos

Ingredientes:

1 yema de huevo
1 taza de aceite
2 tazas de agua
azúcar para espolvorear
harina (la que admita)

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol colocamos las yemas, el aceite y el agua, lo removemos bien y vamos echando harina poco a poco hasta que la masa queda homogénea. Se deja reposar durante 15 minutos y después la estiramos con el rodillo hasta que quede muy fina, cortando tiras de 3 cm para freírlas cuando el aceite esté muy caliente.

Antes de servir se espolvorean con azúcar.



Recuerda que todos tropezamos. Por eso es reconfortante ir cogidos de la mano.



Torrijas de Pascua

Ingredientes:

12 rebanadas de pan
leche
anís

Tiempo: 15 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se corta el pan en rodajas de 2 o 3 cm. La noche anterior las habremos remojado con leche y un poco de anís, sólo por un lado, dejándolas en la plancha perforada, de manera que la parte seca quede en el fondo, una encima de la otra. Al día siguiente las rebozamos con huevo batido y las freímos.

Una vez sacadas del fuego y frías se pasan por azúcar o miel.

.....

No esperes hacer las cosas mejor de lo que puedes hacerlas.



Torrijas de pastor

Ingredientes:

12 rebanadas de pan
25 g de nueces
125 g de miel
1 vaso de agua

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Cortamos las rodajas de pan de 3 a 4 cm de grosor, dividimos las nueces en sus cuatro partes naturales y las colocamos entre la miga del pan, aproximadamente 7 por rebanada. Calentamos en un cazo al fuego la miel y el agua hasta que hierva para hacer el almíbar y dejamos enfriar; remoja las rebanadas sólo por un lado y las colocamos en la placa perforada una sobre otra, tapándolas con un paño hasta el día siguiente.

Cuando vayamos a freírlas se pasan por huevo batido y las echamos en aceite bien caliente. Una vez doradas, se dejan enfriar y ya están listas para servir.

No temas, tienes un juego de herramientas espirituales para resolver todos los problemas de la vida.



Torrijas añejas

Ingredientes:

12 rebanadas de pan
1 ½ l de leche
30 g de azúcar
6 huevos
30 g de maicena
3 g de canela

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Cortamos las rodajas de pan de 1 cm de grosor, remojándolas con leche por los dos lados y poniéndolas encima de la placa perforada. A continuación las pasamos por huevo, las freímos y cuando están doradas se sacan. Las ponemos en papel absorbente hasta que se enfrían, colocándolas en este momento encima de las natillas.

Espolvoreamos con azúcar y canela.

Cada persona carga con su propio peso. No se puede vivir sin el apoyo de los demás. Por lo tanto, hemos de apoyarnos en el consuelo, el consejo y las advertencias mutuas.



Torrijas caseras

Ingredientes:

12 rebanadas de pan
1 vaso de leche
125 g de azúcar
2 huevos
3 g de canela
aceite para freírlas
250 g de miel

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Cortamos el pan en rebanadas de 1 cm de grosor; en un bol batimos la leche con la miel y la mitad del azúcar. Con esta mezcla las remojaamos por un lado y las ponemos en una placa con orificios, dejándolas reposar toda la noche. Al día siguiente las pasamos por el huevo batido y las freímos en el aceite bien caliente. Cuando están doradas se sacan y se dejan escurrir.

A continuación las colocamos en una fuente, espolvoreándolas con azúcar y canela.

El hombre va dominando las fuerzas del mundo, pero cada vez es menos dueño de sí mismo.



Bizcochos rellenos de crema

Ingredientes:

12 bizcochos de soletilla
huevo
azúcar

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Separamos los bizcochos y los rebajamos un poco en el centro. Rellenamos una de las mitades de crema (puede tomarse cualquiera de las que figuran en este libro) y se tapa con la otra mitad. Se pasan por huevo batido, se fríen y se sacan cuando estén doradas.

Se espolvorean con azúcar.

.....

La vida es una posada breve, la gloria, eterna.



Pastel de hojaldre mil hojas

Ingredientes:

6 claras

100 g de azúcar

Para el hojaldre:

véase «Hojaldre dulce o salado»

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un mármol se estira el hojaldre con un rodillo, dejándolo sobre 1 cm de grosor, lo cortamos en cuadraditos de 8 x 8 cm y los colocamos en una bandeja de horno. Se cuecen a 200 °C durante 20 minutos; se sacan y se dejan enfriar.

En un bol batimos las claras a punto de nieve. Cuando están muy consistentes les añadimos el azúcar y se hace el merengue; una vez está muy duro se reserva. Cortamos el hojaldre en 3 bases, ponemos sobre la primera base una capa de merengue, alternando capas de merengue y de hojaldre. La parte superior se adorna con azúcar glas.

Si puedes enseñar a una persona bondad y amor pero no lo haces, pierdes a un hermano.



Pasteles borrachos

Ingredientes:

250 g de harina
200 g de azúcar
60 g de mantequilla
5 huevos
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se baten las yemas con el azúcar hasta formar una crema a la que añadiremos la mantequilla. En otro recipiente batimos las claras a punto de nieve fuerte, las juntamos con las yemas y echamos la harina en forma de lluvia. Preparamos un molde untado con mantequilla, echamos la pasta y la introducimos en el horno a 170 °C durante 30 minutos. Lo sacamos y dejamos enfriar.

Lo emborrachamos con el jarabe (un vaso de vino dulce, si puede ser, licor de manzana o moscatel, y 100 g de azúcar) y lo cortamos en trozos de 8 x 8 cm.

.....

Sólo la abnegación puede perfeccionar la convivencia.



Pastelitos de biscuit para el té

Ingredientes:

200 g de azúcar
6 yemas de huevo
200 g de bizcochos
azúcar quemado
½ l de agua

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un cazo se ponen al fuego lento los 200 g de azúcar y el agua y lo dejamos hervir durante 10 minutos hasta obtener un almíbar, que se deja enfriar un poco. Se baten las yemas hasta hacer una crema y se les añade el almíbar poco a poco sin dejar de batir. Ponemos un molde con el azúcar quemado y echamos el batido; lo introducimos en el horno al baño maría a 180 °C durante 20 minutos, lo sacamos, ponemos una capa de bizcochos encima del biscuit y lo aromatizamos con unas gotas de licor, a gusto de cada uno. Se mete en el frigorífico dos horas, se saca y se cortan a cuadritos de 2 o 3 cm.

.....

Que la alegría llene tu vida, procurando llevarla a cuantos te rodean.



Pastel de San Jorge

Ingredientes:

6 huevos
400 g de azúcar
200 g de harina
200 g de mantequilla
15 g de cacao en polvo
20 g de levadura en polvo
azúcar glas

Tiempo: 55 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos las claras a punto de nieve, agregando 150 gramos de azúcar, y cuando está muy consistente añadimos las yemas y batimos muy ligeramente. Por último, incorporamos la harina mezclada con la levadura, revolviéndola con la espátula de madera, la ponemos en un molde untado de mantequilla, y a continuación la horneamos a 170 °C durante 15 minutos. Lo sacamos y lo dejamos enfriar.

En un bol se prepara el siguiente relleno: batimos la mantequilla con los 250 g de azúcar hasta que resulte una crema y añadimos el cacao. Cortamos el bizcocho en tres, rellenándolo con la crema y alternando capa de bizcocho, capa de crema. Finalmente lo metemos en el frigorífico. Se espolvorea con azúcar glas.

Nunca somos tan buenos que no podamos mejorar; siempre hay posibilidad de hacerlo.



Polvorones

Ingredientes:

150 g de azúcar
200 g de manteca de cerdo
1 taza de anís
½ kg de harina

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol echamos la harina y hacemos un hueco en el centro, donde pondremos la manteca derretida, el azúcar y el anís. Lo amasamos todo muy bien y hacemos los polvorones de 2 cm de grosor; los colocamos en una placa de horno y los cocemos a 200 °C durante 20 minutos.

.....

Comprendí que el amor era todo... ¡Por fin he encontrado mi vocación: es el amor!



Turrón de Jijona

Ingredientes:

300 g de almendras tostadas y molidas
5 claras de huevo
300 g de miel
300 g de azúcar molido

Tiempo: 60 minutos



Dificultad:



Coste:

.....

Preparación

Batimos las claras a punto de nieve, agregamos la almendra y hacemos una pasta. En un cazo calentamos la miel con el azúcar; cuando rompe a hervir le añadimos la pasta preparada, removiéndolo todo con una espátula de madera durante 15 minutos.

Lo echamos en moldes de 10 x 15 cm y lo dejamos enfriar (opcionalmente, pueden espolvorearse con canela).

.....

Cuanto más profunda es la comprensión de la vida, menos duele la destrucción causada por la muerte.



Turrón de yema

Ingredientes:

½ kg de almendras molidas
½ kg de azúcar molido
8 yemas de huevo
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente se pone la almendra con el azúcar, se mezcla muy bien y se añaden las yemas. Se revuelve con una cuchara de madera durante 25 minutos y se vierte en un molde.

Finalmente se baña con yema quemada.

.....

Existe la sencillez de la naturaleza y la sencillez de la sabiduría. Ambas evocan amor y respeto.



Turrón de mazapán

Ingredientes:

1 kg de almendras crudas y molidas
1 kg de azúcar molido
1 paquete de puré de patata
2 cucharadas de zumo de limón
1 vaso de agua

Tiempo: 90 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Ponemos las almendras molidas en un recipiente, hacemos un hueco en el centro e incorporamos el azúcar en él. En un cazo calentamos el agua y cuando rompe a hervir echamos el puré y le damos unas vueltas con la espátula de madera. A continuación lo vertemos sobre el azúcar y lo amasamos todo junto hasta que resulte una pasta ligada.

Por último la ponemos sobre un mármol hasta que esté completamente fría.

.....

La pereza puede destruir los talentos más notables.



Turrón negro

Ingredientes:

1 kg de almendras sin pelar ni tostar
300 g de azúcar
300 g de miel
anisetes blancos

Tiempo: 80 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En una sartén ponemos la miel y el azúcar y lo hacemos hervir durante 5 minutos; incorporamos las almendras y las dejamos hasta que la mezcla espese y cruja. Se unta el mármol con aceite y se hecha allí antes de que enfríe; se mueve con una espátula y se corta en tabletas.

Se adornan con anisetes blancos.

.....

Deberíamos creer que la bondad que existe en nosotros y en este mundo será puesta en práctica. Es la principal condición para que ocurra.



Masas



Masa de hojaldre

Ingredientes:

200 g de harina fuerte
50 g de manteca de cerdo
150 g de mantequilla
1 huevo
¼ l de agua
zumo de un limón
1 pellizco de sal

Tiempo: 60 minutos aprox.

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos la harina sobre un mármol haciendo un montón. En el centro se practica un hueco y se coloca el huevo, la manteca, la sal, el zumo de limón y el agua; se mezcla todo bien y se amasa hasta que resulte una masa fina. Se trabaja un poco blanda, se hace una bola, se dan dos cortes encima y se deja reposar una hora. Mientras se trabaja la mantequilla con la mano para que tome la misma consistencia que la masa, ésta se pone de nuevo en el mármol, se espolvorea con harina y se estira con el rodillo; doblamos la masa de las orillas al centro y dejamos reposar cinco minutos, volvemos a estirar con el rodillo (cinco veces), se corta la masa según el tamaño deseado (tartas, hojaldres, milhojas) y se deja en sitio fresco.

Transcurridos cinco minutos se mete a horno fuerte (200 °C) hasta que se dore.

Si amas a tus enemigos, no tendrás enemigos.



Hojaldre dulce o salado

Ingredientes:

¼ l de agua
¼ kg de manteca vegetal
2 cucharadas de vinagre
1 pizca de sal
harina (la que admita)

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente echamos la manteca vegetal, el agua, el vinagre y la sal; se va echando harina hasta que se consigue una masa consistente y se deja reposar media hora. Transcurrido este tiempo la pasamos al mármol, donde se estira con el rodillo y se pone encima una capa de manteca vegetal; se espolvorea con harina y se dobla la masa de orillas a centro, estirando de nuevo con el rodillo (cinco veces). Se corta del tamaño que se prefiera y se mete a horno fuerte (200 °C) durante 20 minutos. Se puede rellenar de dulce o salado.

Si quieres corregir tus defectos, no pierdas el tiempo censurando a los demás.



Masa de Ángel

Ingredientes:

25 g de manteca
250 g de harina
25 g de azúcar
2 huevos
½ dl de agua
5 g de levadura prensada

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos la harina encima del mármol en un montón. En un recipiente echamos 4 cucharadas de agua y disolvemos la levadura incorporándola en el centro de la harina. Se añaden el azúcar y los huevos, se amasa trabajándolo hasta que quede correoso y entonces agregamos la manteca, mezclándola muy bien. Se espolvorea con harina para que no se pegue y se cubre con un paño dejándola reposar en un sitio templado durante 1 hora. Por último se extiende con el rodillo.

Esta masa es propia para pastelillos y crepes.

Vive como un libro abierto.



Masa sencilla

Ingredientes:

125 g de harina
60 g de mantequilla
3 cucharadas de agua
20 g de azúcar
1 huevo
12 g de levadura en polvo

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente se echan la harina y la levadura, incorporando en el centro la mantequilla, el azúcar, el agua y el huevo. Cuando está todo mezclado y la masa está fina, se forma una bola que hay que dejar reposar media hora. Pasado este tiempo se estira con un rodillo.

Sirve para pastelillos, tarta de manzana y crepes.

.....

Deberías pensar de tal forma que todo el mundo pueda escudriñar tu alma y ver qué se trasluce de ella.



Masa de rellenos

Ingredientes:

250 g de harina
3 yemas de huevo
100 g de manteca de cerdo
1 vaso de los de vino de agua
20 g de azúcar
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol se pone la manteca, las yemas, el azúcar y el agua, y se va incorporando la harina mezclada con la levadura. Se amasa bien, se hace una bola y se tapa con un paño, dejándola reposar 2 horas. Es una masa muy fina que sirve para toda clase de rellenos. Hay que estirla siempre con rodillo.

Vive de tal manera que no debas ocultar nada ni desees exhibir tu vida a los demás.



Masa integral

Ingredientes:

1 vaso de agua
½ vaso de aceite de girasol
150 g de harina bizcochina integral

Tiempo: 15 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol se echa el agua, el aceite y la levadura y se le va incorporando la harina poco a poco. Se amasa y se deja reposar 20 minutos. Ideal para tartas de manzana y pastelillos al horno.



Busca la verdad: siempre nos enseña lo que deberíamos hacer, lo que no deberíamos hacer y lo que deberíamos dejar de hacer.



Hojaldre siciliano

Ingredientes:

150 g de harina
30 g de mantequilla
20 g de azúcar
1 cucharada de manteca de cerdo
1 copa de vino blanco
azúcar glas

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se pone harina en un recipiente. En el centro se echa la manteca, el huevo, la mantequilla, el vino y el azúcar, y se amasa todo muy bien. Cuando está en su punto la pasamos al mármol, la estiramos con el rodillo, la cortamos a cuadritos o como se desee. Freímos con bastante aceite y espolvoreamos con azúcar glas.

Considera tus conocimientos como un don, como un medio para ayudar a los demás.



Flanes y natillas



Flan de yemas

Ingredientes:

12 yemas de huevo
250 g de azúcar
1 l de leche
ralladura de corteza de limón
melocotón en almíbar

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se prepara una flanera con azúcar quemado y se reserva. En un bol echamos las yemas y las batimos con la varilla. Cuando suban se les añade el azúcar, y seguimos batiéndolas incorporando la leche y la ralladura de limón. Se remueve un poco con una cuchara de madera, se echa la mezcla en la flanera y se pone al baño maría durante 30 minutos.

Se adorna con rodajas de melocotón en almíbar.

.....

*Cuando un hombre bueno no acepta sus errores e intenta siempre justificarse,
deja de ser un hombre bueno.*



Flan de café

Ingredientes:

20 g de Nescafé
14 yemas de huevo
1 lata pequeña de leche condensada
250 g de azúcar
150 g de nata montada
¾ l de leche

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se prepara una flanera con azúcar quemado y se reserva. En un bol ponemos las yemas, las batimos y echamos el azúcar y la leche condensada sin dejar de batir. Seguidamente incorporamos la leche y el Nescafé, batiéndolo todo un poco. Vertemos el batido en la flanera y lo calentamos al baño maría durante 30 minutos.

Se adorna con la nata montada.

Nada puede ablandar más el alma de una persona que la aceptación de su culpa, y nada puede fortalecerla más que el deseo de ser siempre justa.



Flan de naranja

Ingredientes:

14 yemas de huevo
1 bote de ½ kg de leche condensada
1 l de zumo de naranja natural
250 g de azúcar
rodajas de naranja
nata montada

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se prepara una flanera con azúcar quemado y se reserva. En un bol ponemos las yemas con el azúcar, las batimos bien con la varilla y cuando están espumosas añadimos la leche condensada y el zumo. Seguimos batiendo dos minutos más y lo echamos en la flanera; lo calentamos al baño maría durante 30 minutos.

Se adorna con rodajas de naranja y nata.

.....

La misericordia es el pan de los desheredados; la compasión, tu dicha.



Flan de fresas

Ingredientes:

350 g de fresas
150 g de azúcar
1 lata de ¼ l de leche condensada
6 huevos
nata montada

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se prepara una flanera con azúcar quemado y se reserva. Se lavan las fresas, se limpian y se ponen en un bol. Se echa el azúcar, los huevos y la leche condensada, y se bate con batidora de cuchillas hasta que esté todo muy fino. Se vierte en el molde y se calienta al baño maría durante 30 minutos.

Se adorna con fresas y nata.



Presta atención a lo que haces. Nunca consideres que algo no es merecedor de tu atención.



Flan de nata y café

Ingredientes:

½ kg de nata
4 raciones de royal
50 g de azúcar
160 g de café (hecho en cafetera)

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Preparamos una flanera con azúcar quemado y se reserva. En un cazo aparte se calientan 250 g de nata hasta que hierva. Ponemos los otros 250 g de nata con las 4 raciones de royal en un bol, lo batimos con la varilla y lo mezclamos con la nata hirviendo. Dejamos la mezcla durante tres minutos más, sin dejar de remover con la espátula de madera, se vierte en la flanera y se deja enfriar en el frigorífico.

.....

Da todo lo que tienes. Da todo lo que eres. Da siempre.



Natillas merengadas

Ingredientes:

1 l de leche
12 huevos
5 g de ralladura de corteza de limón
350 g de azúcar
guindas para adornar

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se baten 4 claras a punto de nieve con 150 g de azúcar. En un cazo se pone la leche al fuego, reservando un vasito. Cuando está hirviendo se van echando montoncitos de clara, dándoles la vuelta para que quede el merengue duro, y se colocan en fuentes o en boles individuales. En un recipiente aparte echamos 8 huevos y 4 yemas, las batimos añadiendo el azúcar y la ralladura de limón con la leche reservada; se bate bien y se mezcla con la leche caliente, sin dejar de remover con la cuchara de madera. Se calienta al baño maría, removiendo hasta que espese. Se retira y se vierte en las fuentes o boles.

Se adorna con guindas encima del merengue.

*Aprended las lecciones no de un libro, sino de las esperanzas de la vida,
entre personas de verdad.*



Natillas quemadas

Ingredientes:

6 huevos
1 lata de ¼ l de leche condensada
½ l de leche natural
30 g de maicena
100 g de nata
2 g de canela
ralladura de corteza de limón
1 taza de agua

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos la leche a hervir. En un cazo aparte echamos las yemas, dos claras, la leche condensada, la nata, la maicena y el agua; lo batimos e incorporamos la leche hirviendo poco a poco, sin dejar de remover con la cuchara de madera, calentándolo al baño maría hasta que espese (es muy importante no dejar de remover). Se pone en boles individuales y se deja enfriar. Cuando está frío, espolvoreamos con azúcar y pasamos la placa de quemar azúcar por encima.



La mayor pobreza del mundo no consiste en la falta de alimento, sino en la falta de compasión, misericordia y amor.



Natillas al horno

Ingredientes:

6 huevos
150 g de azúcar

Tiempo: 15 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se baten las yemas hasta que estén muy subidas. En un recipiente aparte se baten las claras a punto de nieve, se les añade el azúcar poco a poco y se mezclan con las yemas. Lo vertemos en un molde y se mete en el horno a 200 °C durante 7 minutos.



Nuestros actos más importantes son las consecuencias que no veremos.



Natillas borrachas

Ingredientes:

12 bizcochos de soletilla
8 yemas de huevo
1 l de leche
20 g de maicena
300 g de azúcar
1 vaso de los de vino de ron o jerez

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En una fuente que resista el horno se ponen los bizcochos en el fondo, se emborrachan con el licor y se reservan. Ponemos a hervir la leche, apartando un poco. En un bol echamos las yemas, la maicena y la leche reservada con 150 g de azúcar, batiéndolo bien; incorporamos el batido a la leche hirviendo, poco a poco, sin dejar de remover con la cuchara de madera hasta que espese, momento en el que se retira (estas natillas tienen que quedar más claras que las normales). Se echa por encima de los bizcochos y se deja enfriar.

En otro bol batimos las claras a punto de nieve y les añadimos 150 g de azúcar; cuando está muy consistente se vierte en una manga con boquilla rizada y adornamos el merengue con canela.

Por último, se mete en el horno a 200 °C hasta que se dore. Se sirven frías.

Lo que importa no es la cantidad de conocimientos, sino su calidad. Puedes saber muchas cosas sin saber cuál es la más importante.



Calostros

Especialidad del Monasterio

Ingredientes:

1 l de calostros (primera leche de las vacas después del parto)
200 g de azúcar
40 g de maicena
corteza de limón
50 cl de leche

Tiempo: 15 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un cazo al fuego suave se ponen los calostros con el azúcar y la corteza de limón y se remueve sin parar con una espátula de madera. Añadimos la maicena con 50 cl de leche fría y cuando tengan la consistencia de las natillas se retiran del fuego.

Al igual que el fuego funde las velas, las buenas acciones destinadas a los demás destruyen una vida egoísta.



Postres de frutas



Melocotones al vino tinto

Ingredientes:

8 melocotones
200 g de azúcar
½ l de vino tinto
1 palito de corteza de canela
ralladura de corteza de limón

Tiempo: 15 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se lavan los melocotones, se pelan y se cortan en cuadritos pequeños. Se ponen en un bol y se les añade el azúcar y la canela. Se remueve todo muy bien y se deja en el frigorífico 6 horas. Transcurrido este tiempo se echa el vino y se deja macerar 3 días.

.....

Todo es indefinido, neblinoso y pasajero. Sólo la virtud es diáfana, y ninguna fuerza puede destruirla.



Melocotones rellenos de nata

Ingredientes:

1 lata de ½ kg de melocotón en almíbar
250 g de nata montada
12 guindas

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Colocamos los melocotones en un escurridor hasta que suelten el almíbar, y luego se ponen en una fuente con la base plana hacia arriba; se rellena el hueco con nata y se adornan con una guinda en el centro.

Se aromatiza con whisky y se meten en el frigorífico durante 2 horas.

.....

Los que no han adquirido la capacidad de dar y recibir con amor, aun cuando sean ricos, se cuentan entre los más pobres de los pobres.



Peras de canónigo

Ingredientes:

8 peras grandes
½ l de vino tinto
½ l de agua
60 g de mermelada de fresa
150 g de azúcar
30 g de maicena

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se pelan las peras enteras, sin quitar el corazón, y se ponen en un cazo procurando que no queden muy juntas. Añadimos el vino y las dejamos macerar durante 30 minutos. Seguidamente mezclamos el agua, la mermelada y el azúcar, vertiendo esta mezcla sobre las peras, y las ponemos en el fuego hasta que estén tiernas.

Se retiran del cazo y se disponen en una fuente. En un cazo aparte con dos cucharadas de agua, se disuelve la maicena y se incorpora al vino caliente, que ponemos de nuevo al fuego hasta que dé un hervor. Se pasa por el chino y echamos esta crema sobre las peras. Se deja en el frigorífico durante 2 horas.

El que contempla su vida como un proceso de perfección espiritual no teme acontecimientos externos.



Sandía con frutas

Ingredientes:

- ½ kg de sandía
- ½ kg de piña en almíbar
- ¼ kg de melocotones del tiempo
- ¼ kg de peras del tiempo
- ½ kg de melón

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Cortar la sandía en forma de bol y vaciarla. Troceamos la piña y el melocotón, la pera a medias lunas y la sandía y el melón en forma de bolitas (a la sandía y al melón se les quitan las semillas con cuidado). Se mezcla toda la fruta y se rellena con ella la sandía.

Se echa una copa de zumo de piña y otra de Chartreuse y se mete en el frigorífico durante 2 horas. Se sirve frío.

.....

La mayor valentía es la de imponerte a tu rabia y amar a la persona que te ha ofendido.



Manzanas al coñac

Ingredientes:

1 kg de manzanas
150 g de azúcar
2 copas de coñac
60 g de mantequilla

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Pelar las manzanas, cortarlas por la mitad y quitarles el corazón con las semillas. Preparamos una bandeja de horno engrasada con mantequilla, donde pondremos las manzanas con la base plana hacia arriba, colocando en cada hueco del corazón un trocito de mantequilla. Se espolvorean con azúcar y las metemos al horno durante 30 minutos a 180 °C. Transcurrido este tiempo las aromatizamos con coñac, dejándolas cocer 15 minutos más.

.....

*Nada puede proporcionar fuerzas a un hombre cuando busca su salvación,
más que su propio esfuerzo.*



Pudin de pera

Ingredientes:

½ kg de peras
400 g de nata
175 g de azúcar
ralladura de corteza de un limón
2 cucharadas de zumo de limón
5 huevos
1 vasito de agua

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Se pelan las peras, se parten en 4 trozos y se les quita el corazón cortándolas en rodajas finas. Se ponen en un cazo a fuego lento durante 25 minutos con el agua, 50 g de azúcar y el zumo de limón. En un bol echamos los huevos con cien gramos de azúcar, se bate y se añade la ralladura de limón y la nata. Pasamos las peras a un colador y cuando están escurridas las mezclamos con el batidor, removiéndolas con una espátula. Las ponemos al baño maría en un molde caramelizado con azúcar quemado durante 40 minutos. Se desmolda templado. Este pudin se puede hacer también de manzana, melocotón o de otra fruta.

No hay nada más atractivo que la humildad y la bondad, pero no deberías buscar la bondad que se autoproclama.



Piña, melocotones y naranjas al vino

Ingredientes:

4 melocotones
5 rodajas de piña natural
4 naranjas
250 g de azúcar
2 vasos de vino dulce
corteza de limón
1 palito de canela

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un cazo ponemos al fuego un vaso de agua y 250 g de azúcar; cuando rompa a hervir se deja 5 minutos y se retira. Le añadimos el vino, la canela, la corteza de limón y la de naranja, y lo ponemos de nuevo al fuego, dejándolo hervir hasta que quede un almíbar de hebra floja. Pelamos los melocotones, las naranjas y la piña. En una fuente de cristal redonda ponemos las rodajas de piña alternando con las de naranja; el melocotón se corta a medias lunas y se coloca encima de las rodajas.

Se cubre con el almíbar hirviendo, dejándolo enfriar y metiéndolo en el frigorífico durante 3 horas.

La bondad de una paloma no es una virtud. Una paloma no es más virtuosa que un águila. La virtud sólo nace cuando se produce un esfuerzo.



Helados



Helado de avellana

Ingredientes:

150 g de avellanas molidas
200 g de azúcar
½ l de leche
8 huevos
1 g de vainilla

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos la leche con la vainilla. En un bol echamos 4 huevos y 4 yemas con el azúcar y lo batimos hasta que esté muy espumoso. Cuando hierve la leche se le añade el batido lentamente hasta que espese, pero sin llegar a hervir; lo retiramos y dejamos enfriar. En un bol batimos 4 claras a punto de nieve fuerte, las añadimos a la crema fría junto con las avellanas y lo mezclamos todo muy bien con una espátula. Se mete en el congelador (se bate cada media hora, tres o cuatro veces).

Se sirve en copas adornadas con nata.

Por bajo que una persona caiga, siempre será capaz de ver la perfección hacia la que debería avanzar.



Helado de melón

Ingredientes:

1 kg de melón
½ kg de nata montada
1 cucharada de zumo de limón
150 g de azúcar
4 claras de huevo

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un bol se pone el melón cortado a trocitos y el zumo de limón, y lo batimos con batidora de cuchillas hasta que esté muy triturado. En otro recipiente se montan las claras a punto de nieve fuerte, añadiéndole el azúcar poco a poco, se mezclan con el batido de limón, se vierten en un molde y se introduce en el congelador. Después de 1 hora se saca y se vuelve a batir, metiéndolo de nuevo en el congelador durante otra hora.

Se sirve en copas, aromatizándolo con Chartreuse.

.....

Deberías vivir dispuesto a decir adiós en cualquier momento, como si el tiempo que te queda fuera una agradable sorpresa.



Helado de mantecado

Ingredientes:

1 l de leche
6 yemas de huevo
350 g de azúcar
1 palito de canela
40 g de mantequilla
50 g de maicena
guindas

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Hervir la leche con la canela. En otro cazo echamos las yemas, el azúcar, la mantequilla y la maicena; lo batimos muy bien, se añade la leche hirviendo poco a poco y, sin dejar de batir, lo acercamos al fuego suave hasta que espese la crema (no debe hervir); se deja enfriar. Lo vertemos en un molde y lo metemos en el congelador. Cuando está a medio congelar, añadimos las claras a punto de nieve fuerte, batiéndolo a continuación e introduciéndolo de nuevo en el congelador hasta que esté helado.

Se sirve en copas adornadas con guindas.

Nadie sabe qué es la bondad hasta que empieza a practicarla.



Helado de vainilla

Ingredientes:

1 palito de vainilla
250 g de azúcar
½ l de nata sin batir
6 huevos
½ l de leche

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un cazo ponemos a hervir durante 5 minutos la leche con la barrita de vainilla y 150 g de azúcar; se deja enfriar. En un recipiente echamos las yemas y añadimos poco a poco el almíbar, batiéndolo bien; las acercamos al fuego muy suave, sin dejar de batir, hasta que se consigue una crema espumosa (no debe hervir); lo retiramos del fuego y lo dejamos enfriar. En un bol batimos la nata con 100 g de azúcar y lo reservamos. En otro bol montamos cuatro claras a punto de nieve fuerte. Mezclamos la nata con las claras y la crema ayudados de una espátula de madera y vertemos en un molde. Se introduce en el congelador durante 2 horas.

Se sirve en copas y se adorna con chocolate líquido.



Es una gran felicidad poseer lo que se desea, pero es una felicidad todavía mayor no desear más de lo que ya se tiene.



Helado de limón

Ingredientes:

1 l de nata para montar
1 vaso de zumo de limón
400 g de azúcar
6 claras de huevo

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se bate la nata con 200 g de azúcar y se reserva. En un recipiente se montan las claras a punto de nieve fuerte y se añade poco a poco el azúcar restante; se agrega la nata y se echa el zumo de limón, mezclándolo todo muy bien con las varillas; se vierte la mezcla en un molde y se mete en el congelador.

Se sirve en copas adornadas con corteza de limón confitada o natural.

.....

La alegría de tu espíritu es la señal de tu fortaleza.



Helado de fresa y nata

Ingredientes:

Para la fresa:

½ l de nata
100 g de azúcar
3 huevos
2 copas de fresa líquida

Para la nata:

½ l de nata
100 g de azúcar
3 claras de huevo

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Helado de fresa: se bate la nata con el azúcar y se reserva. Batimos las claras a punto de nieve fuerte, se añaden a la nata y se mezclan bien, ayudado de unas varillas; luego agregamos las yemas y la fresa líquida mezclando de nuevo con las varillas. Se pone en un molde y se introduce en el congelador.

Helado de nata: batimos la nata con el azúcar y se reserva. En otro recipiente montamos las claras a punto de nieve fuerte y se mezclan con la nata. Sacamos el molde del congelador y echamos la nata encima del helado de fresa. Lo volvemos a meter en el congelador durante 2 horas. Este helado se puede servir moldeado con galletas.

Disfrazarte de persona bondadosa es peor que hacer el mal sin disimulos.



Helado de café

Ingredientes:

1 l de nata
350 g de azúcar
3 cucharadas de Nescafé
5 huevos

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se bate la nata con 200 g de azúcar y se reserva. En otro bol se montan las claras a punto de nieve fuerte y posteriormente añadimos el azúcar restante poco a poco, las yemas, el Nescafé disuelto en una cucharada de agua y la nata, mezclándolo todo muy bien ayudándonos de unas varillas. Lo echamos en un molde y lo metemos en el congelador.

Se sirve en copas adornadas con nata y rociadas con whisky.

.....

El ayer se fue. El mañana aún no ha llegado. Sólo disponemos del hoy. Si ayudamos a nuestros hijos a convertirse en lo que deben ser, podrán hacer frente a la vida con un amor



Helado de piña

Ingredientes:

1 l de nata
300 g de azúcar
1 vaso de zumo de piña
6 yogures de piña
5 claras de huevo

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se bate la nata con 200 g de azúcar y se reserva. En otro bol se montan las claras a punto de nieve fuerte, añadiéndole el azúcar restante poco a poco, y se mezcla la nata con la ayuda de unas varillas, agregando los yogures y el zumo de piña. Se vierte en un molde y se introduce en el congelador.

Se sirve en copas adornado con trocitos de piña y dibujos de azúcar quemado.

.....

Si tu corazón está henchido de virtud, encontrarás la felicidad y la belleza.



Helado de whisky

Ingredientes:

1 l de nata
350 g de azúcar
1 vasito de whisky
5 huevos

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se bate la nata con 200 g de azúcar y se reserva. En otro bol se montan las claras a punto de nieve fuerte y se le añaden poco a poco 150 g de azúcar, las yemas, la nata y el licor, y batimos de nuevo ayudados de unas varillas. Se vierte en un molde y se introduce en el congelador.

Se sirve en copas adornadas con yema quemada y almendra picada.

.....

Teme todo aquello que tu conciencia no acepte.



Helado de turrón

Ingredientes:

1 l de nata
400 g de turrón de jijona
200 g de azúcar
6 huevos
1 vasito de azúcar quemado líquido

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se bate la nata con 200 g de azúcar y se reserva. En otro bol montamos las claras a punto de nieve fuerte y las mezclamos con la nata, el turrón (muy desmenuzado), las yemas y el azúcar quemado; lo mezclamos muy bien ayudados de unas varillas, se vierte en un recipiente y se introduce en el congelador.

Se sirve en copas y se adorna con pasas de corinto y azúcar quemado líquido o nata.

.....

Un esclavo que está contento con su estado es dos veces esclavo, porque no sólo su cuerpo está cautivo, sino también su alma.



Macedonia con helado

Ingredientes:

2 peras
2 melocotones
2 manzanas
100 g de cerezas
100 g de azúcar
1 vaso de moscatel o de jerez
200 g de helado de whisky

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Colocamos en un bol las frutas peladas y cortadas en pedacitos, añadimos el azúcar y las dejamos macerar durante 2 horas en el frigorífico.

En el momento de servir, rellenamos las copas con la macedonia y las adornamos con bolitas de helado.

Sólo aquellos que se esfuerzan son recompensados con alcanzar una buena vida.



Sorbetes y licores



Sorbete de limón al champán

Ingredientes:

6 limones
2 l de agua
200 g de helado de vainilla
4 claras de huevo
150 g de azúcar
2 vasos de champán seco

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un recipiente se pone el agua, el azúcar, el zumo de los limones y el helado, se bate a conciencia y se introduce en el congelador. En un bol aparte se montan las claras a punto de nieve fuerte y se incorpora el batido anterior removiendo muy bien. Se mete de nuevo en el congelador durante 2 horas. Antes de pasarlo a la mesa se mezcla con el champán.

Aconsejamos servir en copas heladas.

Recuerda que no puedes hacer nada maravilloso si te espolea la competitividad. No puedes hacer nada noble a partir del orgullo.



Sorbete de melón

Ingredientes:

1 ½ kg de melón maduro
1 vaso de zumo de limón
100 g de azúcar
1 l de agua
4 claras de huevo
1 vasito de Cointreau

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un cazo al fuego se pone a hervir durante 5 minutos el agua con el azúcar, y se deja enfriar. Cortamos el melón en trocitos, lo pasamos por la batidora de cuchillas hasta que esté como un puré, se cuele, y se mezcla con el zumo de limón. En otro recipiente se baten las claras a punto de nieve, se incorporan al batido anterior y se introducen en el congelador durante 2 horas. Antes de pasarlo a la mesa, añadir el Cointreau.

Servir en copas heladas, decorando el sorbete con barquillos o bolitas de melón.

.....

El fuego lo purifica todo en el mundo material, el amor lo purifica todo en el espiritual.



Sorbete de piña

Ingredientes:

1 lata de piña de 1 kg
200 g de azúcar
2 limones
4 claras de huevo
1 l de agua
1 vasito de Cointreau

Tiempo: 60 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un cazo se pone a hervir durante 5 minutos el agua con el azúcar, el zumo de la piña y el zumo de limón; se deja enfriar. Batimos la piña (que previamente cortaremos en trocitos) con una batidora de cuchillas hasta que esté muy fina (procurando que no queden hilos). Añadimos a la piña el almíbar y volvemos a batir. Se vierte en un molde y se introduce en el congelador durante media hora; luego lo sacamos y batimos de nuevo. En un recipiente montamos las claras a punto de nieve fuerte, lo añadimos a la mezcla y lo introducimos durante 2 horas en el congelador. Antes de pasarlo a la mesa añadimos el Cointreau. Servir en copas bajas heladas adornadas con palmeras.

No temas la falta de conocimiento, teme el falso conocimiento. La maldad de este mundo procede del falso conocimiento.



Sorbete de naranja

Ingredientes:

1 ½ l de zumo de naranja natural
200 g de azúcar
4 claras de huevo
1 vasito de whisky

Tiempo: 50 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Se bate muy bien el zumo con el azúcar y se reserva. En un bol aparte se montan las claras a punto de nieve fuerte y se mezclan con el batido anterior. Se introduce en el congelador durante 1 hora; después se vuelve a batir y lo introducimos de nuevo en el congelador. Antes de pasarlo a la mesa añadir el whisky. Se sirve en copas heladas adornadas con rodajas de naranja.

.....

*La causa de las desgracias de la gente no reside en desconocer sus deberes,
sino en entender mal sus deberes.*



Licor de fresones

Ingredientes:

400 g de fresones (para 1 l)
1 vaso de los de vino de coñac
40 cl de alcohol de 40° (debe haber reposado durante un mes)
200 cl de agua
300 g de azúcar

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Limpiamos los fresones y los colocamos en un frasco de cristal de boca ancha junto con el alcohol. En un recipiente aparte ponemos a calentar el azúcar y el agua hasta que hierva durante 5 minutos. Una vez frío le agregamos el coñac y lo echamos en el recipiente de cristal, que se tapa herméticamente y se deja reposar durante tres meses. Pasado este tiempo, se destapa, se pasa por un tamiz y se introduce en una botella. Es un licor muy refrescante, sirve para acompañar tartas y bizcochos.

.....

En vez de muerte y tristeza, traigamos paz y alegría al mundo.



Licor de melocotón

Ingredientes:

4 kg de melocotones maduros (para 4 l)
2 l de anís dulce
1 l de anís seco
2 kg de azúcar

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Pelamos los melocotones enteros y los ponemos en un frasco de cristal de boca ancha junto con los dos tipos de anís y el azúcar. Lo tapamos herméticamente y lo dejamos reposar durante dos meses. Transcurrido este tiempo sacamos los melocotones, que podremos utilizar para postre, y pasamos el licor por un tamiz.

Se introduce en botellas para su posterior uso en el acompañamiento de tartas y bizcochos.

.....

Puede que no seamos capaces de dar mucho, pero siempre podremos entregar la alegría de un corazón abierto.



Licor de manzana

Ingredientes:

2 kg de manzanas golden maduras (para 2 l)
1 l de alcohol de 36°
1 ½ kg de azúcar

Tiempo: 30 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Pelamos las manzanas, partiéndolas por la mitad y quitándoles el corazón. A continuación las colocamos en un frasco de cristal de boca ancha y agregamos el alcohol y el azúcar. Tapamos herméticamente y se agita dejándolo reposar durante un mes.

Transcurrido este tiempo lo pasamos por el tamiz y lo colocamos en botellas. Es exquisito.

.....

Sólo aquellos que conocen sus debilidades pueden tolerar las debilidades ajenas.



Licor de leche

Ingredientes:

1 l de leche
1 l de alcohol de 40°
1 ½ kg de azúcar de caña
100 g de vainilla
el zumo de 1 limón pequeño

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un frasco de cristal se pone la leche, el alcohol, el azúcar, la vainilla y el zumo del limón. Se tapa herméticamente y se agita durante un cuarto de hora, dejándolo después en reposo durante 25 o 30 días. Pasado este tiempo lo pasamos por el tamiz y lo introducimos en botellas.

Es delicioso para acompañar bizcochos y tartas.

.....

El hombre incapaz de perdonar destruye un puente que deberá cruzar, porque toda persona necesita perdón.



Postres dietéticos



Galletas sin sal

Ingredientes:

200 g de harina bizcochona integral
50 g de margarina vegetal
2 claras de huevo
3 sacarinas

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente se baten las claras a punto de nieve, se añade la mantequilla y la sacarina y cuando ya están bien batidas se añade la harina, amasándola hasta dejar una pasta fina, que dejaremos reposar 20 minutos. Se pone la masa sobre un mármol y se estira con el rodillo dejando un grosor de medio centímetro. Se cortan con un molde circular y se van dejando en una bandeja de horno engrasada con mantequilla. Con una brocha plana untamos con clara de huevo batida y metemos en el horno a 160 °C durante 20 minutos, hasta que se doren.

.....

Si conseguimos ponernos en el lugar de los demás, dominaremos nuestro orgullo.



Bizcocho

Ingredientes:

8 huevos
300 g de harina bizcochona integral
100 g de azúcar fructosa
ralladura de corteza de limón
el zumo de 1 limón
20 g de levadura en polvo

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

Batimos las claras a punto de nieve, y luego echamos el azúcar, las yemas y el zumo de limón, batiéndolo todo junto. Por último añadimos la harina mezclada con la levadura y la ralladura de limón, dándole vueltas con una espátula. Se vierte en un molde que tendremos untado con mantequilla y se introduce en el horno a 165 °C durante 25 minutos.

.....

El camino de la fama pasa por palacios; el camino hacia la felicidad pasa por mercados; el camino hacia la virtud pasa por desiertos.



Flan

Ingredientes:

4 huevos
250 g de leche desnatada
50 g de azúcar fructosa

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Batimos los huevos con la leche y el azúcar durante 15 minutos. En un molde untado con azúcar fructosa quemado vertemos el batido y se pone al baño maría durante 20 minutos.



Las dudas no destruyen la verdad; la fortalecen.



Galletas saladas

Ingredientes:

300 g de harina bizcochona integral
3 cucharadas de aceite de girasol
1 taza de leche desnatada
5 g de sal
20 g de levadura

Tiempo: 40 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

En un bol ponemos la leche, el aceite y la sal, removiendo bien los ingredientes, y se agrega poco a poco la harina mezclada con la levadura. Cuando la pasta está casi a punto, la ponemos sobre un mármol espolvoreado de harina, trabajándola hasta conseguir una masa fina que dejaremos reposar durante 1 hora. Pasado este tiempo la estiramos con un rodillo hasta dejarla con un grosor de medio centímetro. Se corta a trocitos de 6 cm de largo por 2 de ancho, que colocamos en una bandeja de horno engrasada con mantequilla. Se introduce en el horno a 160 °C durante 20 minutos.



No puedes ver el alma, pero sólo el alma puede ver la esencia de las cosas.



Natillas

Ingredientes:

1 l de leche desnatada
2 yemas de huevo
1 sobre de potax
40 g de azúcar fructosa
ralladura de corteza de medio limón

Tiempo: 25 minutos

Dificultad:



Coste:



Preparación

Ponemos a hervir la leche, reservando un poco. En un bol se ponen las yemas, el sobre de potax, el azúcar y la leche reservada, batiéndolo bien. Se añade a la leche hirviendo, sin dejar de remover con la cuchara de madera. La ponemos de nuevo al fuego, sin dejar de dar vueltas muy despacio, hasta que espese.

A continuación se vierte en una fuente y se deja enfriar.



Busca la verdad; quiere ser encontrada.



Tarta a mi amigo José Antonio

Ingredientes:

5 manzanas
200 g de harina
200 g de mermelada de melocotón
1 vaso de agua de los de vino
15 g de levadura

Tiempo: 20 minutos

Dificultad:



Coste:



.....

Preparación

En un recipiente echamos el agua, la harina y la levadura, y lo amasamos, dejándolo luego reposar durante 10 minutos. Pelamos las manzanas, las partimos en cuatro, les quitamos el corazón y las cortamos en rodajas. Estiramos la masa con un rodillo, colocándola en una bandeja redonda. Se espolvorea de harina, se pincha con una aguja todo el fondo de la masa en varias direcciones y colocamos las rodajas de manzana ligeramente montadas unas sobre otras, ocupando toda la superficie de la masa. Se introduce en el horno a 180 °C 20 minutos. Una vez fuera, se extiende la mermelada por encima.

.....

Intenta comprender a los demás, en su consuelo encontrarás tu felicidad.



Ingredientes y condimentos

La repostería y en general los postres dulces no forman parte de la dieta diaria de una familia común. Se consumen habitualmente los días festivos o en las grandes celebraciones, pero aun así constituyen un enemigo para mantener la línea. Y aunque les parezca sorprendente, en nuestra comunidad lo sabemos muy bien, ya que no ignoramos que los ingredientes que se emplean en la repostería suelen contener grasas. En este sentido, debe imperar siempre la moderación.

Aunque he introducido algunas recetas ligeras para mantener la línea, es importante conocer ciertos aspectos de los ingredientes y condimentos de que están hechos los diversos preparados, con algunos consejos prácticos para su empleo y conservación.

He procurado utilizar los productos más habituales y fáciles de encontrar sin extenderme en aspectos muy concretos de la alta repostería, ya que lo importante es disfrutar en casa con creatividad, sin perjudicar el presupuesto familiar y rompiendo la rutina diaria, preparando succulentos postres para la familia y los amigos. Con su conocimiento espero que le sea más fácil y cómodo trabajar e interpretar las recetas.

Los huevos

Los huevos constituyen uno de los ingredientes esenciales en la elaboración de los postres, por lo que es importante conocer algunos aspectos de este nutritivo alimento: aportan una gran proporción de sales minerales, contienen todas las vitaminas menos la C y son muy nutrientes pues aportan alrededor de 150 calorías por pieza.

Deben estar siempre frescos, de tamaño medio y preferiblemente de cáscara oscura, pues se conservan mejor que los de cáscara clara aunque el sabor sea el mismo. Hoy muchos productores imprimen en la cáscara la fecha de caducidad. Existen varias calidades, pero los más recomendables son los de categoría A (frescos) y de tamaño mediano.

Su peso debe oscilar entre los 50 y los 55 gramos, y es recomendable conservarlos en el frigorífico. Todas las recetas recogidas en este libro están pensadas para huevos de este tamaño. La frescura de un huevo es fácil de comprobar. Basta con sumergirlo en un recipiente lleno de agua fría; si flota, debe ser rechazado de inmediato.



Consejos prácticos

- ☞ Consérvelos en la huevera con la punta hacia abajo.
- ☞ Evite batirlos en un recipiente o con una cuchara plateados porque provoca que se oscurezca la yema.
- ☞ Para separar la clara de las yemas, disponga un cuenco de cocina y rompa con suavidad sobre él los huevos. Separe las dos mitades vertiendo la clara en el cuenco y pase la yema de un lado a otro de la cáscara. Cuando no quede prácticamente yema, cierre de nuevo el huevo.
- ☞ Las claras que no se empleen, deben ser conservadas en el frigorífico en un recipiente hermético (no más de tres días) o pueden ser congeladas. Si no van a ser utilizadas lo mejor es tirarlas.
- ☞ Las yemas no se conservan en el frigorífico más de 24 horas. Para que no se reseque la superficie es conveniente humedecerlas con agua y conservarlas herméticamente cerradas.
- ☞ Para montar una clara de huevo debe estar desprovista de cualquier resto de yema. Como para batir es necesario separarlas, utilice una cucharita de café para retirar esos restos.
- ☞ Antes de batir una clara de huevo asegúrese de que en el bol no quedan restos de grasa. Coja un limón fresco y pase su pulpa por toda la superficie del recipiente.
- ☞ Para que las claras de huevo queden más consistentes, al batirlas añadiremos dos o tres gotas de limón por cada huevo.
- ☞ Para que las claras de huevo batidas a punto de nieve queden firmes, cuando estén bien cuajadas se añadirá azúcar poco a poco.
- ☞ Para agregar las claras a punto de nieve se añade primero una tercera parte. Una vez que están bien unidas incorporamos el resto. Se debe hacer la mezcla con movimientos envolventes, de abajo arriba, con espátula de goma.
- ☞ Una pizca de sal sobre la clara del huevo le ayudará a montarla de modo más rápido. Por el contrario, si le añade una cucharada pequeña de zumo de limón o de azúcar en polvo, hará que la clara se monte más lentamente, pero le asegurará un punto de nieve más firme y sencillo de elaborar.

☞ Si lo hace con batidora eléctrica, inicie el trabajo a la mínima velocidad durante dos o tres minutos. Transcurrido este período aumente la velocidad hasta el máximo. Antes de comenzar de nuevo, enfríe la batidora, el bol y la nata, y vaya comprobando los cambios de textura. La nata cogerá consistencia y se montará correctamente.

La leche

En la elaboración de los postres es aconsejable emplear leche fresca entera, pues los dulces que se elaboran con este tipo de leche se desmigajan menos. Si no tiene posibilidad de adquirirla puede emplear leche pasteurizada. Debe conservarse siempre en el frigorífico.

Para comprobar si la leche es fresca, debe tener un color blanco hueso y un sabor ligeramente dulce. Un truco para comprobar su frescura es verterla en un vaso; al instante quedará completamente empañado. Durante la conservación no mezcle nunca en el mismo recipiente leche vieja con nueva.

La nata

La nata es la emulsión grasa que se adquiere de la leche. Es fácil obtenerla en los comercios envasada y esterilizada. El consejo es emplear nata fresca pues se conserva más tiempo.

Se puede encontrar nata pasteurizada, pero recomiendo no emplearla en pastelería porque, aunque tenga mejor sabor, se conserva menos tiempo.

En todas las recetas de este libro he introducido como ingrediente la nata montada. Un secreto para hacerla más cremosa y sólida es utilizarla muy fría. El cazo donde se vierta debe haber pasado un tiempo en el congelador. Se puede batir indistintamente con el batidor eléctrico o con la fusta de madera. El azúcar se añadirá al final.

Es preferible utilizar en la elaboración de los postres leche de vaca recién ordeñada. El motivo es que al cocer la leche obtendremos una nata muy espesa y de exquisito sabor. De ser así, en las recetas de los bizcochos utilizaremos 150 gramos de nata de leche cocida previamente en lugar de emplear 100 gramos de mantequilla y una clara.

La miel

Es el dulcificante natural por excelencia. Su color, consistencia, y que sea más aromática o perfumada depende de la zona donde haya sido recolectada y de la flora (castaños, acacias, etc.) en que han libado las abejas. Tiene un alto valor nutritivo pues contiene muchas proteínas, vitaminas, minerales y un elevado porcentaje de azúcares.

Para la elaboración de repostería es aconsejable comprarla envasada ya que recién recolectada se encuentra en estado muy líquido. La miel es el elemento base para la elaboración de caramelo y crocanti.



Consejos prácticos

☞ Si la miel cristaliza, licúela colocando el tarro en un recipiente al baño maría durante cinco minutos y moviéndolo un par de veces.

☞ Para medir la miel utilice siempre cucharas de metal calentadas previamente.

☞ La miel es muy sensible a la luz y al calor. Una vez abierto el tarro, consérvelo en el frigorífico o en algún lugar fresco.

La harina y las féculas

Existen varios tipos de harina. La más corriente es la de trigo blanco, que se obtiene de la molturación del grano de trigo y que he empleado para la elaboración de las recetas de este libro. La harina se puede obtener de otros cereales —como la avena, la cebada o el maíz— y de algunos vegetales, como las habas o las patatas. Pero la de trigo es la más indicada para preparar dulces. La harina, que se conserva poco tiempo, debe tener un color blanco intenso con un matiz de tonos claros ligeramente cremosos. No utilice nunca sucedáneos o mezclas de nuevas y usadas.

Algunas personas, por razones dietéticas, prefieren utilizar fécula de patata o maíz. La única diferencia con la de grano de trigo es la ausencia de gluten. Una pasta de dulce preparada con fécula es extremadamente ligera. Si lo que se pretende es precisamente aligerar el producto, sustituya $\frac{1}{3}$ de la harina por una dosis igual de fécula de patata.

Para la elaboración de recetas de repostería es conveniente utilizar harina con bajo contenido de gluten, pues ésta es la parte que más absorbe el agua y mejor permite las mezclas.



Consejos prácticos

☞ Conservar la harina en un lugar fresco y seco en botes cerrados con varios agujeros en la tapa.

☞ Intentar conseguir harina de panadero pues es la que contiene más proporción de gluten.

☞ Antes de utilizarla deberemos pasarla, si es posible, por el tamiz. Nos aseguraremos de que no se vuelva grumosa y se aligere durante la manipulación.

La levadura

La levadura es un hongo que se utiliza como agente para la fermentación en la elaboración de pan y bollería y en la cerveza. En las recetas de este libro se ha empleado la levadura biológica fresca. Este tipo de levadura no se encuentra en los establecimientos comerciales por lo que si desea adquirirla deberá comprársela a su panadero o pastelero. Habrá de poner atención a las cantidades ya que un kilo de harina corresponde a 30 gramos de levadura; de lo contrario el bizcocho se elevaría demasiado.

Se puede adquirir también levadura en polvo para aquellos productos que han de levar sin requerir el proceso de fermentación. Para que fermente la levadura prensada, se pone agua templada, y cuando sube del fondo ya está a punto.

La gelatina

Se obtiene por medio de la cocción de los huesos, cartílagos y tendones de los animales. Este sólido incoloro se puede obtener en hojas o en polvo. Es muy indicada para la elaboración de confitería y helados. La gelatina en hojas se puede comprar en sobres. Sin embargo, la gelatina en polvo requiere un proceso previo de elaboración. Para ello, se debe disolver en agua muy fría hasta que solidifique y posteriormente licuarla a fuego suave sin permitir que hierva. No es recomendable congelarla.

El aceite

Aunque para la repostería suele usarse en general la mantequilla, en las frituras es preferible emplear aceite. Los más adecuados son el aceite de girasol y el de oliva virgen.

En algunas zonas de España se emplea con frecuencia el aceite de nuez, avellana o almendras, muy ricos e intensos en cuanto a sabor, pero que cuentan con dos objeciones importantes para cocinar: se vuelven rancios enseguida y al hervir se descomponen con facilidad.



Consejos prácticos

- ☞ A falta de mantequilla puede utilizarse una cuchara sopera de aceite.
- ☞ Evitar en la elaboración de masas fritas el empleo del aceite en el que se haya freído antes.
- ☞ Después de cada uso filtrar siempre el aceite para limpiar las impurezas.
- ☞ Durante la cocción en el horno añadir un poco de aceite en la superficie para evitar que se forme una costra y endurezca el postre.
- ☞ El aceite se estropea si se expone a la luz o al aire. Guardarlo en un lugar fresco y envasado en un recipiente de cristal le permitirá conservarlo en las mejores condiciones.
- ☞ Para que al freír el aceite no haga tanta espuma, se pone dentro de la sartén un clavo grande de hierro nuevo mientras dure la fritura (guardar para otros casos).
- ☞ Cuando la sartén salpica por tener algo de agua se espolvorea un poco de sal.

La mantequilla

Es la sustancia grasa más importante para elaborar buenos dulces, y el principal requisito es que sea fresca porque así realzará el sabor. Contiene las vitaminas A y D. En el mercado se encuentra habitualmente pasteurizada, que puede conservarse en el frigorífico.



Consejos prácticos

- ☞ Antes de utilizar la mantequilla comprobaremos que esté bien conservada para evitar que los postres tengan como resultado final un fuerte sabor a queso.
- ☞ Es mejor sacar la mantequilla del frigorífico media hora antes de su utilización, conservándola a temperatura ambiente.

☞ No emplear nunca la mantequilla en postres en los que se tengan que cocer plátanos o frutas que requieran una preparación especial. El resultado final será un sabor muy amargo.

☞ Cuando se requiera fundir mantequilla, córtela en pedacitos y colóquela en una cazuela a fuego bajo sobre una retina al baño maría. Evite someterla a un calor demasiado intenso. Otro sistema es introducirla en el microondas, calentándola en posición «Descongelar» durante unos 30 segundos por cada 100 gramos.

☞ Para hacer virutas de mantequilla, ésta debe estar muy sólida y fría. Coja una cucharita de café y mójela con agua tibia. Las virutas saldrán con facilidad. Manténgalas en la nevera en un bol con agua muy fría.

☞ Cuando guarde la mantequilla en el frigorífico hágalo en un envase herméticamente cerrado.

La margarina

Es un sustitutivo de la mantequilla elaborado a partir de aceites vegetales y que no se emplea habitualmente en repostería. Ninguna de las recetas de este libro contiene como ingrediente la margarina, aunque muchas personas, por motivos dietéticos, prefieren utilizarla en sustitución de la mantequilla. En el caso de que sea así, las cantidades a utilizar son las mismas para ambos productos. Una advertencia: la margarina tiene un sabor fuerte y el resultado final del postre no será el mismo.

La manteca de cerdo

La manteca de cerdo es la grasa blanca del cerdo fundida y ha sido tradicionalmente un ingrediente habitual en las cocinas españolas. Si se obtiene fresca es el mejor ingrediente para la repostería por su aroma y sabor. Es importante que sea fresca, porque podría dar un sabor rancio a los postres. Tiene el inconveniente de que se deshace con dificultad en la boca.

El café

Es un producto variable en calidad dependiendo del lugar de procedencia, ya que esta planta requiere un determinado tipo de clima, de suelo y de altitud. En el mercado se encuentra una enorme variedad de tipos de café. Para las recetas de este libro recomiendo el café natural.



Consejos prácticos

☞ El café se conserva en buen estado en lugares frescos y cerrado herméticamente en botes de cristal o latón.

☞ Para la aromatización de los postres emplear siempre café muy cargado.

Hierbas y especias

A diferencia de la elaboración de los guisos de carne o pescado, en que su empleo es fundamental para dar mayor sabor o color a los platos, en repostería su utilización es muy limitada.

Debemos recordar que las especias han de reciclarse cada cinco o seis meses después de abierto el tarro, pues de otro modo perderán su aroma característico. Las más frecuentes para trabajar en repostería son:

Canela

Es la corteza de un árbol que se encuentra principalmente en Ceilán. Tiene un sabor dulzón. Se presenta molida o en pequeños palitos de un tamaño no superior a los 30 cm. Sin embargo no tienen la misma función ya que la canela en rama se emplea para aromatizar las cremas, los flanes o las natillas mientras que la molida tiene una finalidad más decorativa espolvoreada sobre la superficie de los postres.

Nuez moscada

De fácil adquisición entera o rallada en cualquier comercio de alimentación. Es un producto dedicado exclusivamente a dar mayor sabor a los platos con salsa, a las croquetas, cierto tipo de bollería o los huevos. Debe consumirse en cantidades pequeñas por su elevada toxicidad.

Vainilla

Es un producto de gran tradición en pastelería. Los aztecas ya la empleaban para la elaboración de sus platos. Aunque sea un sucedáneo sintético, es esencial para los platos de repostería casera. Se comercializa entera, como azúcar aromatizado, en jarabe, líquida o molida.

El azúcar

El azúcar, sustancia cristalina de sabor dulce, es el ingrediente principal en la elaboración de la repostería y, por ello, es importante saber distinguir la calidad y sus características.

En el mercado se encuentran diversas variedades de azúcar que deberíamos diferenciar y reconocer, para utilizarlas en el momento adecuado. Lo más importante es que sea de color blanquecino y de sabor dulce. Los diversos tipos son:

Azúcar blanco

Es el que se obtiene del refinado. Ideal para la elaboración de bizcochos, dulces, endulzar líquidos y conservas. Las recetas de este libro están adecuadas a esta clase de azúcar.

Azúcar moreno

Generalmente de color marrón. Se disuelve con más dificultad en el líquido que los otros; sin embargo aporta más sabor.

Azúcar pilé

En forma de terrones.

Azúcar glas

Se obtiene al moler el azúcar utilizando por ejemplo un molinillo de café.

.....



Cocinar es fácil

Algunos trucos prácticos

Fermentación de la masa

El proceso de fermentación de la masa es sumamente importante para obtener óptimos resultados. Para ello es importante trabajar a temperatura ambiente, entre los 20 °C y 25 °C.

A fin de evitar problemas de espacio, es aconsejable que la masa se encuentre en un recipiente más grande de lo que pretendemos obtener, pues la fermentación hace que la masa adquiera mayor volumen. Se debe cubrir siempre con un trapo de cocina pasado por agua muy caliente con objeto de evitar que la superficie se reseque. La levadura necesaria se indica siempre en las recetas, aunque lo más habitual es la proporción de 20 g cada 800 g de harina. El proceso terminará cuando la pasta que hemos trabajado adquiera el doble de proporción.

Congelación de pasteles y bizcochos

La congelación de los alimentos surge simultáneamente con el arte mismo de cocinar. Antiguamente los métodos de congelación más habituales eran el salado de las carnes o los pescados, el secado de las verduras o el envasado en vinagre o mermelada. En la actualidad es sencillo congelar productos gracias a la existencia de modernos frigoríficos que facilitan esta labor. Sin embargo, en la repostería se deben tener en cuenta algunos detalles prácticos para una correcta conservación.

☞ En general los pasteles y los bizcochos son de fácil congelación, excepto aquellos que tienen un baño de azúcar. Como proceso previo es conveniente hornearlos un poco.

☞ Los productos de repostería y los pasteles se deben conservar siempre en los lugares más fríos del congelador y nunca mezclados con otros productos previamente congelados.

☞ Si vamos a congelar un pastel de frutas o mermelada, es aconsejable cortarlo en raciones y envolverlo en una bolsa de plástico.

☞ Si tuviéramos que añadir crema o nata como relleno una vez descongelado, sugiero introducir papel de aluminio entre cada capa para desmontar el pastel sin romperlo.

☞ Una vez descongelados, los productos de repostería no deben volver al congelador.

☞ No es conveniente conservar los pasteles y la repostería demasiado tiempo en el congelador, aunque se hayan envasado al vacío.

☞ Para la congelación de repostería y pasteles, evitar envolverlos con film transparente. Los materiales más adecuados son el papel de aluminio, los recipientes de polietileno y los moldes de aluminio cerrados herméticamente. En algunos lugares es fácil encontrar bolsas de plástico destinadas exclusivamente a la conservación de repostería, pero en estos casos se debe tener cuidado de que estén bien cerradas.

Consejos para la decoración de pasteles

Con pasta de almendra

De fácil adquisición en grandes superficies y comercios de alimentación.

Con chocolate

☞ Funda chocolate y extiéndalo sobre el mármol. Haga una capa muy fina y déjelo reposar hasta que solidifique. Con la punta de un cuchillo rasque la superficie formando finas virutas en espiral.

☞ Coja una tableta gruesa de chocolate con leche cubriendo la parte inferior con papel de aluminio para evitar que se derrita a consecuencia del calor de su mano. Con un pelador de patatas corte los bordes. Obtendrá unos decorativos y succulentos rizos de chocolate.

☞ Funda chocolate y viértalo sobre un molde redondo cubierto con papel vegetal. El molde no debe ser muy hondo, aunque es necesario que la capa de chocolate alcance un grosor de unos dos centímetros. Déjelo reposar el tiempo suficiente para que endurezca. Introduzca suavemente la punta de un cuchillo y divida el molde en cuatro porciones, luego haga de cada trozo la misma separación hasta obtener abanicos de chocolate. Sin partir el pastel se pueden hacer estrellas, lunas o cualquier otra figura decorativa.

☞ Funda chocolate e introdúzcalo caliente, sin dejar que se espese demasiado en el cazo, en un cucurucho de cocina. Sobre papel vegetal escriba el nombre de su esposo, sus hijos, los años o el motivo de la celebración. Para ello debe hacer un pequeño agujero en la punta del cucurucho y marcar las letras. Cuando el chocolate se haya enfriado, podrá separarlo del papel vegetal y colocarlo encima del pastel o bizcocho correspondiente.

Con manga pastelera

☞ Haga crema chantillí, nata, chocolate fundido, merengue o glasa de azúcar e introdúzcalo en la manga pastelera. Para dibujar detalles en un pastel, la decoración es más elegante si el tamaño del motivo decorativo no es demasiado grande. Por ello es conveniente utilizar una boquilla pequeña o intermedia no superior a los 3 mm de diámetro. Las boquillas grandes tienen la finalidad de hacer espirales. Existen en el mercado algunas con motivos que también adornan con gracia los pasteles y hacen estrellas, rosas, conchas, lunares y otras muchas figuras decorativas.

Evitar los problemas

☞ Si comprobamos que el postre que hemos elaborado ha quedado crudo, con la superficie quemada, con grietas o un poco deforme, podemos maquillar los errores con facilidad. Si el bizcocho ha quedado poco hecho, bastará con cortar el corazón con un cuchillo y adornarlo con algún motivo. Si queda reseco, en la base del bizcocho se deben hacer varios agujeros con un pincho, emborrachando de zumo de naranja o licor la parte superior con una cuchara sopera y dejándolo reposar durante 12 horas para que adquiera más esponjosidad. En caso de que aparezcan grietas o roturas, el sistema para recuperar la forma es tapar los desperfectos con azúcar glas o cacao.

☞ Cuando las magdalenas se resecan, recuperan su forma habitual humedeciéndolas con leche. Hágalo con un pincel de cocina sobre la superficie de la magdalena y caliéntelas en el horno durante 8 minutos a 120 °C.

☞ Para que el pastel tenga un poco de fibra y un sabor más agradable, añada en el molde un poco de avena o de trigo espolvoreado en lugar de harina.

☞ En ocasiones es difícil comprobar si el pastel está al punto. Escuchar de cerca un siseo nos indicará si todavía se está cociendo. Otro sistema infalible es clavar en el centro un pincho muy fino, dejarlo unos segundos, y si al extraerlo está limpio, el pastel habrá alcanzado la cocción adecuada.

☞ Proteja los moldes con papel vegetal cuando requiera una cocción en el horno. Con ello logrará que el pastel o bizcocho salga con mayor facilidad. Si es de la opinión de que los bordes de un molde se deben embadurnar con mantequilla, le aconsejo que emplee aceite, pues es más sencillo de esparcir y consigue que el bizcocho se queme menos.

☞ Las fresas y fresones se lavan siempre sin quitarles los mangos, se ponen a escurrir en un colador (de esta forma no pierden sabor); colocados en un bol se espolvorean con un poco de azúcar, añadiendo una cucharada de vinagre por cada kilo. Remover de vez en cuando.



El equipo de cocina

Los utensilios básicos

Disponer de un equipo adecuado nos asegura una buena elaboración de los postres y trabajar de manera más eficaz. Para definir y elegir el instrumental de cocina es necesario tener en cuenta el número de personas para las que se va a cocinar y el tipo de comidas que tenga por costumbre preparar, pues así evitará guardar recipientes innecesarios o demasiado grandes para sus necesidades. Existen en el mercado numerosos aparatos eléctricos que no se requieren para elaborar las recetas que contiene este libro. Las piezas imprescindibles y más adecuadas que le facilitarán el trabajo son las siguientes:



Abrelatas
Aguja para comprobar bizcocho
Balanza eléctrica o de pesas
Batidor manual o eléctrico
Cazo de cobre
Cazo de medio litro de acero inoxidable
Cazuela de dos o tres litros de acero inoxidable
Cortapastas metálico
Cuchillo grande de hoja ancha
Cuchillo grande con corte por los dos lados
Cucharas de madera (dos) lisas y sin poros
Cuenco mezclador de ingredientes
Chocolatera
Espátula metálica y de madera
Espolvoreador de harina
Flaneras de varios tamaños
Jarra para medir líquidos
Jeringa pastelera
Manga pastelera con varias boquillas
Mazo
Moldes de diversas formas y tamaños para bizcochos o flanes
Pincel
Placa de mármol
Placa para horno
Rallador

Rodillo de madera
Papel de aluminio,
film plástico y papel vegetal
Salero grande con orificios pequeños para espolvorear
Sartenes antiadherentes de diversos tamaños
Tabla de madera o de fibra de 20 x 30 cm
Tamizador para harina
Tazón medidor
Tenedores de madera (dos)
Termómetro de azúcar
Tubos metálicos huecos de 50 cm de ancho
Varillas



Consejos prácticos

☞ Las sartenes y las cacerolas deben ser de material ligero pues cuando las manipule estarán llenas y pesarán bastante.

☞ Los mangos de las sartenes y las baterías deben estar aislados.

☞ Los cazos tendrán un fondo grueso; propagan mejor el calor y evitan que los alimentos, especialmente los líquidos y las salsas, se peguen.

☞ En la cocina lo más importante es disponer de un buen juego de cuchillos, pues le ahorrará mucho tiempo y esfuerzos innecesarios y le permitirá trabajar con mayor eficacia. Los mejores son los cuchillos de acero inoxidable o al carbono, que aunque son caros le durarán muchos años. Asegúrese de que los mangos sean de madera y de que la hoja esté remachada en el mango para evitar que se desprenda. Los cuchillos básicos son los de pelar, filetear, picar, trinchar y el de cortar pan. Procúrese también un afilador de acero.

☞ Utilice tamices de malla mediana y de metal porque condensan el calor del agua hirviendo en detrimento del nailon, aunque éste impide que las frutas y las verduras blancas se manchen.

☞ Disponga de cuencos de cerámica, metal o vidrio pues tienen más utilidades que los de plástico, más corrientes en la actualidad.

☞ Evite las tablas de formica o de plástico pues se rayan con facilidad, no están preparadas para soportar recipientes calientes y con el uso continuado se vuelven ásperas.

☞ Consulte siempre el termómetro para líquidos y caramelo. Al principio se tiende a pensar que es innecesario, pero le asegurará alcanzar el punto en todas las recetas.

☞ Utilice pinceles de cocina de diversos colores para las diferentes operaciones. Cada alimento tiene su sabor y no conviene emplear el pincel del pescado o la carne para preparar recetas de repostería. No es bueno mezclar sabores.

El horno

Es un elemento imprescindible para la elaboración de la repostería. El éxito de sus preparados dependerá en gran medida de cómo haya graduado el horno. Cada horno tiene su secreto y es necesario conocerlo para darle el tiempo exacto. Los tres tipos más comunes son: el convencional a gas o electricidad, el microondas o el horno de convección.

Las indicaciones de temperatura de las recetas de este libro están estudiadas para el horno convencional. Si se dispone de un horno de convección, la temperatura es fácilmente adaptable. El microondas, pese a su utilidad, no es muy indicado para la cocción de los pasteles pues su finalidad es calentar y no permite dorar.

Con los adelantos actuales el horno más aconsejable debe disponer de reloj automático, luz indicadora, ventilador (ya que asegura una cocción uniforme), grill a la altura de los ojos y revestimiento catalítico que carboniza las manchas de cocina.

Existen cuatro graduaciones habituales y cada una de ellas tiene su finalidad:

Horno flojo

Cuando el termómetro no alcanza los 100 °C. Se emplea habitualmente para preparados delicados y que no requieren una excesiva elaboración.

Horno suave

Alcanza temperaturas que oscilan entre los 100 °C y los 150 °C. Se mantienen a esta temperatura para elaborar bizcochos que emplean frutos secos, o ya elaborados previamente como las galletas o los biscotes.

Horno moderado

La temperatura del termómetro alcanza hasta los 200 °C. Es ideal para la confección de flanes, suflés, galletas, bollos, pasta de hojaldre o pan casero.

Horno muy caliente

La máxima temperatura que puede alcanzar el horno es de 300 °C. Es la menos habitual para trabajar en repostería, pero ideal para aquellos preparados que contienen un gran volumen de masa. En los hornos que no disponen de termostato regulador es difícil comprobar la temperatura exacta para comenzar a preparar el horno. En este caso, un truco sencillo e infalible: introducir una cuartilla de papel de color blanco, que se dejará reposar sobre la rejilla. El horno estará flojo si han pasado tres minutos y el papel se ha dorado; se encontrará suave si este proceso se ha producido a los dos minutos; estará moderado si ha tenido lugar al minuto de introducirlo, y muy caliente si el dorado se ha producido a los treinta segundos de colocar la cuartilla.



Consejos prácticos

- ☞ El precalentamiento del horno debe durar unos quince minutos.
- ☞ El horno más adecuado es aquel cuya puerta se abre hacia abajo ya que sirve como bandeja para comprobar el estado de la receta que se elabora.
- ☞ Abrir el horno en el último minuto del tiempo precisado y sólo con la finalidad de verificar que la cocción es la adecuada. Si abrimos la portezuela durante la cocción, el aire exterior puede comprometer el éxito del postre.
- ☞ Colocar siempre papel de aluminio cubriendo las placas para evitar las incrustaciones de grasa, que con el calor se ponen rancias y dan mal sabor a los postres. En repostería es muy importante que el pastel mantenga un olor y sabor adecuados, que se pierde en muchas ocasiones precisamente por una limpieza inadecuada del horno. El papel de aluminio evita que la base de los pasteles se reseque y se queme.
- ☞ Si no se indica lo contrario en la receta, la mejor posición para hornear es a media altura.
- ☞ El molde debe situarse siempre sobre la parrilla del horno y no en el plato.
- ☞ El calor del horno es el elemento decisivo para cocer los bizcochos o las tartas, por lo que haber acertado la posición de calentamiento asegurará la excelencia del postre. Es recomendable seguir las instrucciones indicadas y regular bien el termostato.
- ☞ No se debe sacar el postre del horno inmediatamente. Si la receta contiene levadura, podemos mantenerlo en el horno caliente, cerrado previamente, durante otros cinco minutos.

☞ Una vez extraído el postre del horno, es conveniente sacarlo del molde para refrescarlo y secarlo por completo para que pierda la humedad y la pasta tenga más consistencia. Debemos hacer esta operación con mucha delicadeza, volcando el dulce sobre una parrilla de pastelería.



Consejos para la buena conservación de los utensilios

☞ Para proteger las hojas de los cuchillos corte siempre sobre una tabla de madera.

☞ Límpielos una vez utilizados. Impedirá que queden manchas.

☞ Para desatascar un molde dentro de otro, llene con cubitos de hielo y agua muy fría el molde interior, y sumerja el exterior en agua hirviendo. La dilatación producirá la inmediata separación de los moldes, evitando rayaduras y deformaciones.

☞ Para extraer el mejor rendimiento de los cuchillos es conveniente afilarlos con frecuencia. Si no se tiene ocasión de encontrar un afilador para mantenerlos en buen estado, un truco fácil, si no se dispone de afilador casero, es emplear la base de una taza de barro cocido sin esmaltar y pasar repetidas veces con fuerza la hoja sobre ella.

☞ Frote con aceite vegetal la superficie de los recipientes de hierro fundido para evitar que se oxiden.

☞ Cuando guarde las sartenes proteja la superficie colocando entre ellas papel de cocina.

☞ Para evitar que le resbale el bol durante el proceso de batido de los huevos, coloque como base una bayeta un poco húmeda sobre el mármol. Actuará como soporte seguro.

☞ Para que no se pegue la masa en los moldes, éstos no se deben lavar con detergente, sino con un paño humedecido en aceite de oliva, secándolos a continuación.

.....



Sugerencias para elegir los postres más adecuados a cada menú

El postre es el remate ideal para cualquier comida, pero seleccionar el más adecuado es una tarea más compleja. En la siguiente lista añado algunas sugerencias para mejorar su menú:

Para después de una comida pesada o con harina como ingrediente principal:

Piña, melocotón y naranjas al vino
Helado de whisky
Macedonia con helado

Para después de una comida sin carne, pescado o huevo:

Bizcocho de naranja
Tarta de manzana con crema
Helado de melón

Para después de una comida sin productos lácteos:

Flan de naranja
Melocotones rellenos de nata
Pudín de pera

Para después de una comida ligera:

Tarta de hojaldre de manzana y nueces
Pastelillos de alma
Pestiños

Para después de una comida muy ligera:

Tarta de yema y nieve
Cucuruchos rellenos
Torrijas de pastor

Para después de una comida ligera sin apenas verdura:

Quesada pasiega
Bizcochos rellenos de crema
Pasteles borrachos

.....



Las técnicas de la cocina

Equivalencias de pesos y medidas

En los libros y recetarios de cocina es habitual encontrar la cantidad de los ingredientes que componen la receta en gramos, cucharadas, pizcas o tazas. Cuando se especifican recipientes, las medidas se establecen al ras y se igualan con un cuchillo. Para una mejor comprensión de las mismas es importante fijarse en la tabla de la página siguiente, donde se refleja la equivalencia a estas medidas.

En todos los casos es aconsejable usar las medidas igualando los excedentes con el filo de un cuchillo o una espátula, a no ser que en la receta se indique lo contrario. Es importante seguir fielmente las proporciones establecidas en las recetas para alcanzar la calidad que se pretende.

Medida	Equivalencia
Un vaso de agua	200 g
Una taza de desayuno	250 g
Un vasito de vino	100 g
Una copa de coñac	70 g
Un cazo de servir sopa	150 g
Una taza de aceite	85 g
Un tazón de agua	250 g
Una cucharada sopera de agua	15 g
Una cucharada sopera de aceite	15 g
Una cucharada sopera de harina	40 g
Una cucharada sopera de azúcar	25 g
Una cucharada sopera de café molido	15 g
Una cucharada sopera de té	150 g
Una cucharada sopera de miel	30 g
Una cucharada de levadura	20 g
Una cucharada sopera de pan rallado	8 g
Una cucharada sopera de nata líquida	12 g
Una cucharada de sal fina	18 g
Una cucharada de sal gorda	25 g
Una cucharada de mantequilla	40 g
Una cucharada de maicena	40 g
Un pellizco de sal	3 g
Un polvillo de sal	1 g



La despensa

Una despensa clásica, por lo general un pequeño cuarto, un armario o una alacena, con una temperatura constante fresca y de ambiente seco, le permitirá conservar un buen número de alimentos y productos no perecederos muy útiles para elaborar ricos platos, no sólo de repostería. Como los alimentos que suelen conservarse en la despensa son habitualmente de larga duración, no deben temer que se deterioren. Por ello es imprescindible elegir bien las cantidades y la variedad de los productos que se compran. El segundo requisito indispensable de una buena despensa, después de la temperatura, es el orden. Una buena planificación supone un modo fantástico de ahorro, que su economía familiar agradecerá con creces.

Consejos para una buena organizacion

☞ Leer detenidamente la receta, asegurándose de que se ha comprendido cómo elaborarla.

☞ Trabajar en lugares que cuenten con una buena ventilación, sean espaciosos y estén bien iluminados.

☞ Tener a mano los ingredientes básicos necesarios para la elaboración de las recetas. Antes de iniciar la elaboración, los ingredientes deben estar bien pesados, medidos y colocados en el orden en que se vayan a utilizar. Es un modo de ganar tiempo.

☞ Retirar del frigorífico o del congelador los productos que requieren conservación en frío para que recuperen la temperatura ambiente.

☞ Anotar en una lista los ingredientes que se necesitan antes de que se agoten en la despensa.

☞ Tratar de preparar los alimentos con productos de temporada. Son más económicos y nutritivos. En el caso de que no sean de temporada, de modo excepcional se puede recurrir a los congelados o envasados.

☞ Es recomendable tener la tabla de picar, el peso y el cubo de basura cerca del fregadero. La limpieza es un aspecto muy importante en la cocina.

☞ Las cacerolas y los cazos deben colocarse cerca de los fuegos.

Consejos de limpieza

☞ Para evitar que las cacerolas y los cazos de aluminio se ennegrezcan al hervir el agua, se debe poner una corteza de limón.

☞ Cuando cocine en el horno sitúe en la bandeja un trozo de papel de aluminio. Evitará limpiezas innecesarias.

☞ Para quitar las manchas de aceite en una prenda, rallar con un cuchillo un trozo pequeño de piedra de greda (se puede adquirir fácilmente en las droguerías). Una vez rallado se mezcla con agua caliente hasta que esté pastosa. Luego impregnamos con ella la mancha dejando reposar media hora. Transcurrido este tiempo se limpia con un cepillo.

☞ Si se desea quitar una mancha de grasa, impregnar con polvos de talco la superficie manchada. Se deja reposar un par de horas y se frota con un cepillo limpio.

☞ Para eliminar manchas de licores, se debe mezclar alcohol y agua a partes iguales.

☞ Si se desea limpiar mármol, verter agua oxigenada en un trapo, pasarlo sobre la superficie sucia y aclararlo con agua.

☞ Para obtener el máximo abrillantado del aluminio, llene el recipiente con agua y un limón partido dejándolo hervir unos minutos.

☞ Si se vierte el líquido de un cazo o alguna crema sobre los quemadores de la cocina, cuando se enfríe sitúe encima una bayeta impregnada de detergente durante una hora.

☞ La limpieza de los óxidos de los cromados se obtiene pasando con suavidad sobre la suciedad un trozo pequeño de papel de aluminio. Cuando haya desaparecido, frótelo con un paño humedecido de alcohol.

☞ Para limpiar los recipientes de cobre prepare con vinagre y harina una masa pastosa y frote con un trapo.

☞ Las patas de las moscas transportan infinidad de microbios que traen de basuras, excrementos, heridas de animales. Para protegerse de ellas, coloque encima de los alimentos alambreras, tarlatanas, cestos, etc.

☞ El limón es un producto adecuado para eliminar los malos olores de las tablas de cocina. Frotar medio limón sobre una tabla limpiada previamente facilita que los fuertes olores de los alimentos se mezclen entre sí.

☞ La superficie de los recipientes se conserva manteniéndolos en remojo con agua caliente y detergente.

La cocina paso a paso

Soluciones y métodos culinarios básicos

Sustitución de la nata en repostería

La nata es un producto que se emplea habitualmente en la elaboración de postres dulces y cremas. Si compramos nata y una vez abierto el bote observamos que ésta se ha cortado, podemos utilizar en su lugar la crema de la leche. Éste es un buen sustitutivo que requiere un sencillo proceso de elaboración. Vertemos la leche fresca en un cazo, la calentamos a fuego lento y la dejamos consumir hasta un tercio de su volumen. Finalizada la cocción, le agregamos 100 g de mantequilla, removiendo con una cuchara de madera.

Cocción del azúcar

La cocción del azúcar es esencial para elaborar almíbar, merengues o cremas, pero su obtención requiere un proceso lento y medido. En todo este proceso, disponer de un termómetro de cocina será muy útil para comprobar los °C de temperatura. El azúcar se vierte en un cazo de tamaño medio lleno de agua, en una proporción de un tercio por cada kilo de azúcar. Éste debe diluirse previamente al encendido del fuego (al mínimo). Con una cuchara de madera se remueve lentamente para evitar que cristalice el azúcar o se formen brumillos en el cazo. Al concluir el proceso, se debe retirar la fina capa de espuma blanquecina que se ha formado como consecuencia de la ebullición del agua. Este proceso dura varias horas. En esta fase obtendremos el almíbar.

Si continuamos calentando el azúcar por encima de la temperatura de ebullición del agua (105 °C), se formará una fina hebra, muy sólida y pegajosa, idónea para revestir cremas y salsas. Esta capa se obtiene dejando la mezcla de agua a temperatura ambiente.

Una tercera fase, cuando no queda agua para disolver en el cazo, es seguir cocinando el azúcar a mayor graduación (125 °C). La capa se hará más gruesa y espesa debido a que el azúcar se habrá oxidado, obteniendo una consistencia adecuada para aderezar cremas y mermeladas.

Si deseamos lograr el azúcar en punto de lámina, el termómetro deberá marcar los 140 °C y la obtención del caramelo en su estado puro se logrará cuando el azúcar alcance un dorado pálido. Como el termómetro estará cercano a los 180 °C se deberá tener cuidado de que la base no se queme.

Es habitual que una vez retirado del fuego el caramelo alcance un color ocre. En este proceso debe tenerse en cuenta que el agua puede evaporarse por las paredes del cazo sin que nos demos cuenta. Es aconsejable mojarlas de vez en cuando con agua fría.

Para hacer el almíbar, al cocer el azúcar y el agua se pone una cucharada de glucosa o limón por medio kilo de azúcar.

Glosario básico de repostería



Acalanar: hacer surcos o canales en la parte exterior de un producto crudo para que las rodajas sean más decorativas.

Aderezar: añadir sal, aceite, especias u otros ingredientes a algunos alimentos para mejorar su calidad, obteniendo así mejor sabor.

Agarrar: producto que se queda pegado en el recipiente de cocción.

Agitar: mover de modo incesante y paulatino un líquido para obtener su mezcla o evitar que se quede pegado en el recipiente.

Almíbar: azúcar disuelto con agua y cocido al fuego hasta que toma consistencia de jarabe. Ésta depende siempre de la cantidad de agua empleada y de la temperatura de cocción.

Amasar: formar o hacer masa prensándola con las manos, mezclando harina con agua y sal.

Aplanar: extender una masa con un rodillo dándole el grosor deseado.

Aromatizar: dar aroma a algún preparado con fuerte sabor.

Arropar: cubrir un preparado con un paño para preservarlo de la acción del calor y del frío con objeto de favorecer su fermentación.



Bañar: cubrir un género sólido con una masa espesa.

Baño maría: recipiente de agua caliente, por lo general medio lleno, para calentar un líquido en un tarro sumergido en otro de agua hirviendo para que su contenido reciba un calor suave y constante. El agua debe permanecer por debajo del punto de ebullición.

Batir: mover y revolver con las varillas o la batidora algún producto —claras, nata, mantequilla, etc.— para que se condense o trabe, o para que se licue o disuelva según lo deseado.

Blanquear: hervir alimentos durante unos minutos para que pierdan su acidez, los malos sabores, quitar las impurezas, desalar, etc.



Caer: cocer con mantequilla a fuego muy lento un alimento a fin de ablandarlo.

Camisa: revestimiento de gelatina, pasta, etc., que se aplica a las paredes interiores de un molde.

Caramelizar: bañar de azúcar en punto de caramelo un molde para evitar que el fondo se pegue durante la cocción; tostar con caramelo la parte superior de un postre.

Clarificar: eliminar las impurezas que oscurecen un líquido —mantequilla, salsa, gelatina, etc.—, calentándolo suavemente y filtrándolo una vez hervido.

Cobertura: chocolate rico en manteca de cacao para recubrir determinados preparados.

Cocer: hacer que un alimento crudo llegue a estar en disposición de ser consumido, manteniéndolo dentro de un líquido acuoso en ebullición.

Colar: pasar un líquido por la manga o el tamiz para limpiarlo de las impurezas.

Compota: dulce de fruta cocida con agua y azúcar.

Condimentar: sazonar la comida con especias para darle un buen sabor.

Corregir: modificar el sabor de un plato con el añadido de otra sustancia o especia.

Cortar: tratándose de la leche, cuando la parte mantecosa pierde su continuidad. En el caso de las salsas, natillas y otros preparados culinarios, separarse los ingredientes que debían quedar trabados.

Coulis: término francés que se refiere a un puré de frutas al que se le agrega azúcar glas una vez tamizado para servirse como salsa.

Cuajar: transformarse una sustancia líquida en una masa sólida y pastosa a consecuencia de la acción del calor o del frío.

Cuerpo: cuando la masa ha cogido consistencia por la acción de la levadura.



Decantar: inclinar una vasija sobre otra para que caiga el líquido contenido en la primera con el fin de suprimir las impurezas o el poso.

Decorar: adornar o embellecer un plato con productos u ornamentos antes de su presentación.

Desbarbar: eliminar de un preparado las hilachas de caramelo o de chocolate.

Descascarar: quitar la cáscara de los frutos secos o las hojas de las frutas.

Desleír: añadir un líquido a la harina, mantequilla, el huevo, el azúcar, etc., lentamente, removiendo con la espátula para evitar la formación de grumos.

Desmoldar: sacar un preparado de su molde.

Dorar: añadir con un pincel huevo batido sobre una masa o pasta para que se dore durante su cocción. Tostar ligeramente un alimento.



Embeber: empapar, llenar de líquido un preparado.

Emborrachar: empapar en vino, licor o almíbar, bizcochos o pasteles.

Empanar: rebozar con pan rallado, harina y huevo batido una masa para freírla.

Emulsión: mezcla de dos líquidos insolubles como el aceite en agua.

Encolar: añadir gelatina a un producto líquido para que la masa coja cuerpo una vez frío.

Engrasar: untar el interior de un molde o recipiente con mantequilla para disminuir el rozamiento.

Enharinar: cubrir o espolvorear con harina la superficie de un alimento.

Escaldar: bañar en agua hirviendo durante poco tiempo un producto, generalmente fruta o verdura.

Escarcha: capa esponjosa o de azúcar para revestir los pasteles.

Espantar: interrupción repentina de la cocción de un bizcocho o una pasta a consecuencia del enfriamiento del horno.

Espolvorear: rociar ligeramente una fina capa de azúcar o harina sobre un género.

Espumar: quitar la espuma, la nata o las impurezas del caldo, de la mermelada o de la superficie de cualquier líquido durante la cocción.



Filetear: cortar un producto en rodajas muy finas.

Flambear: término francés que se emplea cuando un plato se rocía con un licor caliente y se le prende fuego.

Fondant: preparado elaborado con azúcar que sirve para tamizar algunos pasteles.

Freír: hacer que un alimento crudo llegue a estar en disposición de poderse comer, teniéndolo el tiempo necesario en una sartén con aceite o cualquier otro tipo de grasa hirviendo.



Glasear: dorar la superficie de un preparado con una capa de huevo batido, leche, mantequilla o miel. Espolvorear la superficie de un bizcocho o un pastel con azúcar glas.

Gratinar: hacer que un alimento se tueste por encima en el horno.

Grumos: granitos que se forman en los líquidos espesos o en las masas cuando no han sido lo suficientemente trabajados.



Helar: congelar, cuajar o solidificar productos sólidos o líquidos a temperatura inferior a 0 °C.

Hervir: someter algo a la acción del agua u otro líquido en ebullición.

Hornear: cocer en el horno.



Incisión: hendidura pequeña que se realiza con un elemento cortante.

Incorporar: agregar uno o varios productos en un preparado.

Infusión: líquido que se obtiene de diversos frutos o hierbas aromáticas, como té, café, manzanilla, etc., introduciéndolo en agua hirviendo para extraer su sabor.



Jalea: materia gelatinosa muy azucarada extraída del zumo de algunas frutas previa cocción de su pulpa.

Jarabe: bebida que se hace cociendo azúcar en agua hasta que se espesa, añadiéndole zumos refrescantes o licores.



Laminar: hacer masa con el rodillo.

Levadura: producto para que una masa suba.

Levantar: poner un preparado de nuevo en ebullición.

Licuar: hacer líquido un ingrediente sólido o gaseoso.

Ligar: mezclar diversos ingredientes para espesar.



Macedonia: mezcla de frutas o verduras cortadas en pequeños dados.

Macerar: mantener sumergida alguna sustancia sólida en un líquido o un jarabe a la temperatura ambiente con el fin de ablandarla o de extraer de ella las partes solubles.

Mantequilla: producto obtenido de la leche o de la crema por agitación o por batido. La clarificada es la mantequilla fundida de la que extrae, por decantación, la materia acuosa. En pomada es la reblandecida y la *manié* es la obtenida por la mezcla con harina.

Migar: desmenuzar o hacer pequeños pedazos de mantequilla y harina para confeccionar pasta quebrada.

Mojar: añadir líquido a una preparación durante su cocción.

Moka: café de buena calidad combinado con chocolate.

Moldear: dar forma a una materia con las manos o echándola en un molde.

Mondar: quitar la cáscara a las frutas, la corteza o la piel a los tubérculos, o la vaina a las legumbres.

Montar: batir la clara de huevo o la nata hasta ponerla esponjosa y consistente.

Mousse: mezcla montada muy ligera y tamizada, elaborada con claras de huevo batidas.



Napar: cubrir un preparado con un líquido espeso.



Pasado: estado en el que se encuentra un preparado excesivamente cocido o, en el caso de los crudos, poco fresco.

Pegarse: adherirse algún alimento al fondo del recipiente o sartén.

Perfumar: darle aroma o sabor a un preparado.

Picar: moler o desmenuzar un ingrediente en trozos pequeños.

Pinzar: plegar los salientes de una masa, pellizcándola con los dedos, con un muelle, etc., para decorarla.

Planchar: quemar superficialmente con una plancha el azúcar o el caramelo de un preparado.

Pochear: cocción de un producto en agua sin que ésta llegue a hervir completamente.

Puré: pasta que se obtiene de la cocción y el posterior triturado de frutas o verduras a las que se les añade leche u otro líquido para dejarla cremosa.



Rallar: desmenuzar un alimento con una rallador.

Rebozar: bañar en huevo batido mezclado con una capa de harina.

Reducir: disminuir el exceso de líquido de un preparado por medio de un hervido constante.

Reforzar: añadirle a una salsa un preparado para darle más color, consistencia y sabor.

Refrescar: añadir agua fría a un preparado para evitar que siga cocándose.

Regar: esparcir un líquido sobre un preparado.

Rehogar: sofreír un alimento a fuego lento y sin agua, para que lo penetren manteca o aceite y otros productos con que se condimenta.

Rellenar: introducir un ingrediente dentro de otro.

Remojar: empapar un alimento en un líquido.

Reposar: dejar la masa con la levadura para que crezca.

Revenido: el momento en que el caramelo cristaliza.

Romper la masa: aplastar la masa con las manos para extraer el exceso de gas sobrante de la fermentación.



Saltear: sofreír un manjar a fuego vivo en manteca o aceite hirviendo.

Subir: hinchamiento de la masa a consecuencia del calor del horno o de la levadura.



Tamizar: separar los grumos o las impurezas de una salsa, puré, etc., con el tamiz.

Tornear: dar forma a una fruta o una hortaliza con un cuchillo, con fines decorativos.

Trabar: espesar o dar mayor consistencia a un líquido o una masa.

Trinchar: partir en trozos la comida para servirla.

Notas

* 100 g de azúcar, 70 g de coñac, 50 g de nueces. Se hierve 10 minutos, se retira y se tritura en la batidora.

* Hervimos dos tazas de azúcar y una de agua durante 5 minutos y una vez dejado enfriar ya está listo el almíbar.

Los dulces de las monjas

Sor María Isabel Lora

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© Sor María Isabel Lora, 1998

© Comunidad de las Madres Dominicanas de Nuestra Señora del Rosario, 1998

© Ediciones Planeta Madrid, S. A., 2012

Ediciones Martínez Roca es un sello editorial de Ediciones Planeta Madrid, S. A.

Paseo de Recoletos, 4, 28001 Madrid (España)

www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): octubre de 2012

ISBN: 978-84-270-3933-9 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.

www.newcomlab.com

Índice

Dedicatoria	6
Consejo	7
Introducción	8
Daroca, perla del Jiloca	10
Bizcochos	12
Bizcocho de espuma para tartas	14
Bizcocho a la naranja	16
Bizcocho al licor de manzana	18
Bizcocho de melocotón	20
Bizcocho casero	22
Bizcocho Mohajan	24
Bizcocho de coco	26
Bizcocho de chocolate	28
Bizcocho de nata	30
Bizcocho de almendras	32
Bizcocho de Fray Junípero	34
Brazo de gitano	36
Tartas	38
Tarta de moka	40
Tarta de crema pastelera	42
Tarta 2 de julio	44
Tarta Torreón de los Guzmanes	46
Tarta de fresa y nata	48
Tarta de galletas	50
Tarta de nata y limón	52
Tarta princesa	54
Tarta de manzana con crema	56
Tarta de manzana con coñac	58
Tarta dorada	60
Tarta de hojaldre de manzana y nueces	62
Tarta delicia de hojaldre y manzana	64
Tarta de queso	66

Tarta de chocolate	67
Tarta de «queso danone» y limón	68
Tarta de coco y flan	70
Tarta de fresones	72
Aluaka al horno	74
Brazo de gitano de galletas maría	76
Tarta de yema y nieve	78
Quesada pasiega	80
Tarta de cuajada y sobados	82
Cremas	83
Crema pastelera	85
Crema de chocolate	86
Crema de limón	87
Crema angelical	89
Crema de café	91
Crema de Santorini	92
Crema Frangilone a la almendra	94
Crema de moka	96
Crema italiana	98
Glasa blanca	99
Merengue	100
Merengue doble a la española	101
Azúcar quemado	102
Postres varios	103
Pastel de nuez	105
Suspiros de Santa Catalina	107
Bolitas de nuez	109
Enredos de Panamá	110
Almendrillos	112
Picarones de San Martín de Porres	114
Yemas de la Reina	116
Rosquillas «Tío Rogelio»	118
Rosquillas de anís	120
Rosquillas de naranja	122
Rosquillas de yema	124

Rosquillas de nata	126
Tocinito de cielo	128
Pastelillos	130
Pastelillos de alma	132
Huesos de San Froilán	134
Mostachones nevados	136
Mantecados al vino	137
Tortitas de anís	139
Galletas mantecadas	141
Rosquillos de San Blas	143
Magdalenas caseras	145
Magdalenas aéreas	147
Magdalenas de clara y almendra	149
Cuadrados de San Benito	150
Almojábanas de San Valero	152
Galletas de nata	154
Almendradas	156
Pastelitos para té	157
Sandalías del pescador	159
Bizcochitos para el té	161
Pastas de té	163
Buñuelos de chocolate	165
Buñuelos de plátano	167
Buñuelos de viento	169
Colinetas cubanas	171
Churros	173
Cucuruchos rellenos	174
Roscón de Reyes	176
Almendras garrapiñadas	178
Pestiños	179
Pestiños de Andalucía	181
Cuchiflitos	183
Torrijas de Pascua	185
Torrijas de pastor	186
Torrijas añejas	188

Torrijas caseras	190
Bizcochos rellenos de crema	192
Pastel de hojaldre mil hojas	193
Pasteles borrachos	195
Pastelitos de biscuit para el té	197
Pastel de San Jorge	199
Polvorones	201
Turrón de Jijona	202
Turrón de yema	203
Turrón de mazapán	204
Turrón negro	205
Masas	206
Masa de hojaldre	208
Hojaldre dulce o salado	210
Masa de Ángel	212
Masa sencilla	214
Masa de rellenos	216
Masa integral	218
Hojaldre siciliano	219
Flanes y natillas	221
Flan de yemas	223
Flan de café	225
Flan de naranja	227
Flan de fresas	229
Flan de nata y café	231
Natillas merengadas	232
Natillas quemadas	234
Natillas al horno	236
Natillas borrachas	237
Calostros	239
Postres de frutas	240
Melocotones al vino tinto	242
Melocotones rellenos de nata	243
Peras de canónigo	244
Sandía con frutas	246

Manzanas al coñac	248
Pudin de pera	250
Piña, melocotones y naranjas al vino	252
Helados	254
Helado de avellana	256
Helado de melón	258
Helado de mantecado	260
Helado de vainilla	262
Helado de limón	264
Helado de fresa y nata	265
Helado de café	267
Helado de piña	269
Helado de whisky	270
Helado de turrón	271
Macedonia con helado	273
Sorbetes y licores	275
Sorbete de limón al champán	277
Sorbete de melón	279
Sorbete de piña	281
Sorbete de naranja	283
Licor de fresones	284
Licor de melocotón	286
Licor de manzana	288
Licor de leche	289
Postres dietéticos	291
Galletas sin sal	293
Bizcocho	295
Flan	297
Galletas saladas	298
Natillas	300
Tarta a mi amigo José Antonio	301
Ingredientes y condimentos	303
Cocinar es fácil. Algunos trucos prácticos	312
El equipo de cocina	316

Consejos para la buena conservación de los utensilios	321
Sugerencias para elegir los postres más adecuados a cada menú	322
Las técnicas de la cocina. Equivalencias de pesos y medidas	324
La despensa	326
Consejos para una buena organización	327
Consejos de limpieza	328
La cocina paso a paso	330
Glosario básico de repostería	332
Notas	339
Créditos	341