@cacocinas

Una semana más: “los caprichos”

“Que no paren de trabajar nuestras cabezas y ayudar a las personas que ahora tienen que cocinar todos los días en casa, cuando habitualmente no lo hacen y no están acostumbradas”. Así fue como empecé el primer post de esta época de confinamiento.

Dándole vueltas a esto y con lo que había cocinado esta semana, me di cuenta de que han sido realmente cosas que nos apetecían y echábamos de menos. Me fijé así en la importancia que esto ha tenido en nuestra mente estos días.

Por ello he hablado con mi amiga **Josefina López** (Psicoterapeuta, precursora de terapia a través de la cocina). Me cuenta esto:
"Son momentos en que tenemos la oportunidad de disfrutar de algunos pequeños placeres de la vida, que nos van a permitir mantenernos física y mentalmente más fuertes y positivos y sobre todo van a proteger nuestro sistema inmunitario y conseguir un organismo robusto.

La cocina, el proceso de cocinar es una potente herramienta para conseguirlo, tiene un extraordinario poder de estimulación para ayudar a combatir la depresión, transforma la ansiedad y el estrés en emociones positivas, consigue, por momentos, abstraernos de esta realidad para aliviar el temor, la angustia o el miedo y protege nuestra mente para no derivar en angustia, depresión o desasosiego. Fácil herramienta que está en manos de todos, ¡úsala!, es tan necesario cuidar nuestra salud física como nuestra salud mental y, ¡¡cocinar es un sencillo recurso para hacerlo con ambas!!"

¿Por qué no cocinar cosas que nos gustan y no nos atrevemos?

- Nos tenéis a vuestra entera disposición para que, dentro de esta situación, podamos haceros, ayudaros o daros tips para hacer esa receta.

Aquí van unas cuantas que nos han apetecido o me ha pedido Ana estos días.

#noparomepreparo

Además de por este medio, os recuerdo que podéis seguir todo esto en mis redes sociales.

Caco Galmés @cacocinas @cacocinas

Y siempre en: http://www.cacocinas.com/noparomepreparo/

@cacocinas

Paellas, arroces secos…

Llamarle como queráis, hay muchos puristas, mucho escrito y seguro que aún queda mucho por escribir al respecto. Venga voy a meterme en el charco, para mi paella o arroz en paella como dice wikipedia, es una receta, con base de arroz y otros ingredientes, cocinado en una sartén generalmente ancha y con asas (paella).

Os voy a dar en este arroz, mis trucos para poder hacer una buena paella en casa, sea con los ingredientes que sea.

EL ARROZ: Paella de carabineros, gambas y ajos tiernos.

Ingredientes:

Arroz.
Carabineros.
Gambas.
Ajetes.
Pimiento verde.
Puerro.
Aceite de oliva virgen Extra Óleo Quirós.
Sal.

Para el caldo:
Cabezas y pieles de carabineros y gambas.
1/2 cebolla.
2 dientes de ajo.
Verde del puerro.
Brandy.
Perejil.
Agua.
Aceite de oliva virgen Extra Óleo Quirós.
Sal.

Para la salmorreta de carabinero:
Cabezas de carabineros.
Ajos.
Ñoras.
Tomates.
Sal y pimienta.

@cacocinas

Preparación:

Como podéis ver en los ingredientes, hay tres elaboraciones muy marcadas y que se hacen por separado para luego acabar juntándolas.
Por un lado, el caldo y la salmorreta. Como en todos mis platos y como os estoy contando todos estos días, busco con los ingredientes que tengo la manera de cocinarlos y tratarlos para respetar al máximo el producto y buscar el máximo sabor posible.
Estas dos preparaciones son el fundamento de este arroz.

Para el caldo:
En una cazuela con dos cucharadas de aceite de oliva virgen extra, ponemos los ajos chafados, recordad el truquito de inclinar la cazuela y que vaya el aceite y el ajo al borde apoyado en la placa para aromatizar más y dorar el ajo por todos lados a la vez.

Añadimos la cebolla troceada, con un punto de sal, cuando esté bien pochada subimos un poco el fuego y ponemos las cabezas y cáscaras de las gambas y los carabineros, rehogamos muy bien, fondeamos.

Mojamos con el brandy y mientras evapora el alcohol chafamos las cabezas de los carabineros para sacar todo su sabor.

Añadimos agua, sin pasarnos, un poquito más de la que nos vaya a hacer falta por aquello de la evaporación mientras cuece.

Ponemos ahora el verde del puerro y una ramita de perejil. Dejamos cocer 20-30 min destapado.

Para la salmorreta de carabinero:
En un cazo amplio, ponemos dos cucharadas de aceite y rehogamos, sin quemar, los dientes de ajo sin piel, chafados y picados toscamente con la ñora limpia de tallo y pepitas. Subimos un poco el fuego y añadimos las 3-4 cabezas de carabinero reservadas.

Fondeamos bien y mojamos con los tomates rallados o triturados sin piel ni pepitas. Punto de sal y pimienta.

Trituramos y pasamos por un colador fino.

(Podemos enjuaguar el colador y el vaso de la batidora en el caldo no le vendrá nada mal)

Colamos el caldo.

Para la paella:

Vamos con el fin de este proyecto.
😉

Lo primero, encendemos nuestro horno con la función bóveda-solera

(arriba-abajo) a 190º C y ponemos la rejilla abajo del todo, en el suelo del horno, dada la vuelta. Es para mí, la mejor manera de hacer un arroz en casa cuando no usamos un quemador acorde al tamaño de nuestra paella. Cuece por todos lados por igual y si no somos expertos en la materia, nos facilitará mucho la vida.

Ponemos la paella al fuego con 4-5 cucharadas de aciete de oliva virgen extra. Marcamos ligeramente los carabineros, sacamos y reservamos.

Rehogamos a fuego suave en ese aceite las verduras del sofrito picadas en brunoise. Primero el pimiento, cuando este "caído", el puerro y por último los ajetes en trozos más hermosos porque queremos que se sientan, punto de sal.
No me gusta poner cebolla a los arroces secos, por varios motivos. Puerro tampoco suelo, pero aquí quería su dulzor ya que le va genial al marisco.

Agregamos 3-4 cucharadas de la salmorreta y dejamos cocinar hasta que pierda el agua y quede casi como pasta o una mermelada todo el sofrito.

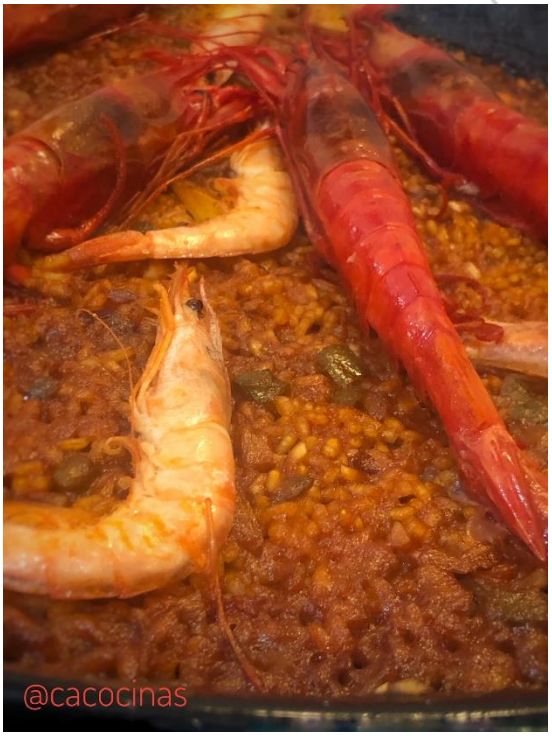
Ponemos el arroz y rehogamos 1 minuto. Aquí tenéis que ser finos. El arroz para mi se hace acorde al tamaño de la paella que lo hacemos, cuanto mas fino, mas rico. Se calcula 80 gr. por persona, una tacita de cortado, pero repito, depende del tamaño de la paella más que de las personas.

Mojamos con el caldo caliente. 2 partes de caldo por cada 1 de arroz, siempre con la media tacita más de propina de la abuela.

Cuando empiece a hervir movemos, repartimos el arroz bien por toda la superficie, provamos y rectificamos de sal si hiciera falta.

Metemos en el horno.

Lo vamos a dejar 15-16 minutos, depende del arroz que uséis. Cuanfo falten 4 minutos ponemos los carabineros y las gambas que teníamos reservadas.



Sacamos, dejamos reposar 5 minutos. Y… A disfrutar…

@cacocinas

Bacalao… unos buñuelos.

Una de esas recetas que para mí son recuerdos de infancia. De toda la vida se han hecho en mi casa, mi padre lo hacía con un sifón, hacia su gacheta… Mi madre me enseñó a hacerlos con cerveza y ha sido el aperitivo de las comidas familiares de los sábados muuuuuchas veces.

Esta receta la hicimos el otro día en directo en mi instagram @cacocinas con mi amiga Jokabel a cuatro manos. Veréis que es una receta super fácil y resultona.

Ingredientes:

500 gr migas de bacalao desalao.
6-8 dientes de ajo.
1 ramillete perejil.
C.s. harina.
C.s cerveza muy fría.
Aceite de oliva virgen extra Óleo Quirós.
Sal (si hiciese falta).

Preparación:

1.- Desmigamos, desgarramos el bacalao en un cuenco amplio. Así nos aseguramos que no vaya ninguna espina y troceamos dando pellizcos. Probamos de sal por si hay que añadir.

2.- Picamos los dientes de ajo y el perejil finamente, pero sin machacarlo, haciendo cortes limpios.

3.- Mezclamos el bacalao con el ajo y el perejil.

4.- Vamos añadiendo cucharadas de harina hasta obtener una masa pastosa y seca (unas 4-5 cucharadas).

5.- Agregamos la cerveza fría poco a poco y mezclamos con movimientos envolventes hasta obtener una masa densa donde se puedan separar los trozos con dos cucharas y no se desmonten, pero que tampoco sea cemento ¿me he explicado? Mirad la foto que será mas fácil…😉

6.- Freír los buñuelos en abundante aceite de oliva virgen extra muy caliente.

7.- A… disfrutar…

Versión ración.

Versión tapa.

@cacocinas

Un guiso, un aprovechamiento.

Ideas de esas que me vienen a la cabeza. Comida: un guisito de pollo, en este caso una pepitoria, pero a mi rollo. No me gusta ponerle la clara del huevo… por ejemplo.
No os voy a contar como hacerlo, a no ser que me lo pidáis, seguro que vosotros tenéis la vuestra o podéis encontrar alguna que os guste.

Bueno, pues ese guiso que os sobra. ¿Que se puede hacer con las sobras? Comértelas recalentadas o regeneradas, croquetas, unos canelones o lasaña. Se me ocurrió unas empanadillas, pero con una vuelta como a mi me gustan las cosas. Empanadillas de bechamel, como las del jamón y queso, pero haciendo la bechamel con la salsa y las verduras de la pepitoria, con su "majao" de almendra, yema de huevo…
¿Por qué he hecho esto? Os imagináis ese relleno con mucho sabor a guisote, cremosidad, encontrar trocitos de pollo y sentir el crujiente de los trocitos de almendra… Muy rico!!

Ingredientes:

Restos de un guiso de pollo: pollo.
Masa de empanadillas.
40 gr mantequilla.
40 gr. harina.
200 gr leche.
300 gr. salsa pollo sin colar.
75 gr. queso rallado.
Sal, pimienta, nuez moscasa.
Yema de huevo (para pintar)

Preparación:

1.- Sacamos el pollo y lo despizcamos. Repasamos la salsa por si hay algun hueso, pieles, etc…

2.- Hacemos una bechamel. Para eso fundimos la mantequilla, rehogamos la harina sin que coja color. Vamos añadiendo primero la leche sin parar de mover de poco en poco. Ponemos punto de sal, pimienta y nuez moscada. Continuamos mojando la bechamel con la salsa del pollo sin pasar.

3.- Cuando la bechamel esté con la textura deseada, añadimos el

queso y fundimos. Rectificamos de sal y dejamos enfriar.

4.- Rellenamos las tapas de empanadilla. Dos opciones como véis en la foto. Empanadilla u ovni o lo que es lo mismo, doble o simple.

5.- Sacamos una yema de huevo y batimos con unas gotitas de agua para alijerarla.

6.- Pintamos la superficie de las empanadilla y pinchamos con una puntilla o tenedor para que no se revienten.

7.- Horneamos en horno precalentado a 180º C con funcion boveda-solera (arriba/abajo) más ventilador hasta que veamos doradas. Y… a disfrutar…

P.d. Estan mejor templadas/frías que calientes.

@cacocinas

Un toque oriental. Arroz toño.

Receta con nombre personal, por supuesto con historia detrás.
Esta receta cuando empecé a cocinar, se la enseñé a mi amigo Antoñito Berlanga, uno de los primeros amigos que se independizaron y no tenía mucha idea de cocinar. Le cogió el punto, lo bordaba, pero… ¿Por qué? Porque a cada persona que iba a su casa, siempre que tenía que cocinar, hacía este arroz. Por eso se bautizó como arroz Toño. Los ingredientes, los que tengáis por casa… Imprescindible el arroz y los toques orientales.

Ingredientes:

Arroz de grano largo (este Basmati).
2 contramuslos de pollo deshuesados sin piel.
10 gambas.
½ cebolleta.
½ pimiento verde.
¼ calabacin.
50 gr guisantes.
50 gr. maíz
1 huevo.
Salsa de soja.
Aceite de sésamo.
Sirasha o tabasco.
Aceite de Oliva Virgen Extra Óleo Quirós.
Sal y pimienta.

Preparación:

1.- Picamos el pollo, la gamba, la cebolleta, el pimiento y el calabacín en dados pequeñitos.

2.- Salteamos en una sartén con dos cucharadas de aceite de oliva el pollo salpimentado. Cuando esté dorado sacamos escurriendo y reservamos.

3.- En el mismo aceite y jugo del pollo freímos las cabezas de las gambas, cuando cambien de color, aplastamos y retiramos. Salteamos los cuerpos de las gambas troceadas ligeramente y reservamos junto al pollo.

4.- Mientras se cuece el arroz, vamos salteando en la misma sartén con otra cucharada de aceite todas las verduras por orden de dureza (cebolleta, pimiento y luego calabacín, guisante y maíz). Punto de sal.

5.- Hacemos una tortilla de un huevo, muy fina, con su punto de sal, ➔ la enrollamos y la cortamos en tiritas finas.

6.- Añadimos a la sartén en la que tenemos ya todos los ingredientes el arroz. Salteamos sin parar de remover a fuego fuerte, queremos un arroz bien salteado.

7.- Condimentamos con 2-3 cucharadas de soja, una cucharadita de aceite de sésamo, picante al gusto y punto de sal y pimienta.

8.- Ya en el plato ponemos un poco del tallo de la cebolleta, de la parte verde cortada en juliana muy fina. Y… a disfrutar….

@cacocinas

Vocabulario:

El salteado es un método de cocina empleado para cocinar alimentos con una pequeña cantidad de grasa o aceite en una sartén y empleando una fuente de calor relativamente alta. Sauter significa 'saltar' en francés y con ello se viene a indicar el principal proceso durante el método de cocinado: mantener en movimiento.

@cacocinas

Controversia: El cacochopo

En el mundo foodie unos lo aman y otros los odian, pero a nadie deja indiferente un cachopo. Para el que no lo conozca, plato característico de la cocina asturiana. Hoy hemos puesto el relleno que nos ha apetecido, el clásico de jamón y queso.

Ingredientes:

2 filetes de ternera grandes, las mejores partes para mi: cadera o babilla.
Jamón ibérico.
Rulo de queso de cabra.
1 cebolla.
Sal y pimienta.
Aceite de Oliva Virgen Extra Óleo Quirós.

Para rebozar: harina, huevo y pan rallado.

Preparación:

1.- Pochamos la cebolla limpia y cortada en juliana en una sartén con una cucharada de aceite de oliva a pochar.

2.- Pondremos los filetes en una tabla, recortamos los bordes que pueda tener, espalmamos y salpimentamos por ambas caras.

3.- En uno de los filetes colocamos repartiendo por toda la superficie lonchas de jamón. Repartimos luego rodajas de queso.

4.- Repartimos la cebolla. Fría y escurrida de aceite.

5.- Tapamos con el otro filete, presionando los bordes para que se peguen.

6.- Empanamos pasando por harina, huevo y pan rallado.

7.- Freímos en una sartén muy amplia, donde entre todo el cachopo, con abundante aceite de oliva virgen extra por ambas caras. Cuando este dorado, sacamos a papel absorvente.

8.- Servimos acompañado de unas patatas fritas por ejemplo y… a disfrutar…

@cacocinas

Vocabulario:

Espalmar es acción de golpear un filete de carne con el fin de hacerlo más tierno, fino y grande. Se puede hacer con una piedra de rio, un rodillo, una botella o un espalmador si tenemos.

Fácil

Manitas de cerdo. 3 procesos, 3 comidas, un platazo.

1.- Cocer las manitas:

Estos días como os daréis cuenta, estoy volviendo un poco a mis inicios. A escribir, a compartir gastronomía por este medio que siempre me ha encantado. El otro día discutía con un amigo que me está ayudando, Rober, que tenía que poner cosas más faciles. Después de una conversación creo que le hice entender que hay cosas mas laboriosas que otras, pero no difíciles. El problema son los miedos que tiene la gente por el desconocimiento.
Con este plato pasa precisamente eso. No hay cosa más sencilla de hacer que un guiso de manitas y a los que os gustan es un manjar. Lo único, el trabajo que llevan.

Ingredientes:

Para cocer las manitas:
Manitas.
1 Cebolla.
1 Puerro.
1 Tomate.
Agua.
Sal.

Preparación:

1.- Lavamos las manitas bien con agua fría y las repasamos por si tienen aún pelos.

2.- Blanqueamos las manitas hasta que salga el agua limpia. Para esto ponemos las manitas en una olla y desde agua fría ponemos a hervir. Dejamos cocer 5 minutos. Tiramos el agua, enjuagamos y volvemos a empezar.

3.- Cocer las manitas. Ponemos en la olla cubiertas de agua con la cebolla limpia partida por la mitad, el puerro, el tomate y un punto de sal. En olla normal tardan como 3 horas, en olla rápida unos 30-40 min. Lo veréis cuando esten blandas y se desprendan los huesos.

@cacocinas

@cacocinas

Fácil

2.- Guisarlas.

Después de cocerlas, hay que guisarlas para comerlas, una manita cocida sin más no tiene gracia ninguna. Se pueden guisar enteras, hay mucha gente que le gusta pringarse rechupeteando huesos o deshuesadas, ya trabaja el cocinero por los comensales.
Desde ese guiso de manitas hacer muuuuchas cosas. Aquí y ahora váis a ver el guiso con unos garbanzos.

Ingredientes:

Manitas cocidas, deshuesadas o no.
1 cebolla mediana.
½ pimiento verde.
½ pimiento rojo.
1 tomate.
3 dientes de ajo.
2 hojas de laurel.
1 cucharada de pimentón agridulce de la Vera.
½ cucharada de pimentón picante de la Vera.
1 vasito vino blanco (manzanilla o fino yo).
Caldo de la cocción de las manitas.
Aceite de Oliva Virgen Extra Óleo Quirós.
Sal y pimienta.

Opcional: garbanzos cocidos.

Preparación:

1.- En una cazuela con dos cucharadas de aceite, rehogamos los dientes de ajos picados.

2.- Añadir la cebolla y los pimientos cortados en mirepoix (dados de 1 cm aprox). Pochamos a fuego medio unos 10-15 minutos con su punto de sal. Añadimos las hojas de laurel.

3.- Agregar el tomate concasse. Os doy estas palabras coulinarias (las tenéis abajo en vocabulario, para que os familiaricéis con ellas, resúmen muchas tareas) dejar cocinar 10 minutos más con su punto de sal, pimienta.

4.- Hacer un hueco en la cazuela, en el centro del sofrito, si no hay ahí aceite, añadir un poco más y poner el pimentón. Cocinamos unos segundos, mezclamos bien y mojamos con el vino.

5.- Cuando haya evaporado el vino cubrimos, ligeramente, con el caldo de la cocción y dejamos cocer 15 minutos.

6.- Ahora, si hemos hecho cantidad, separamos en partes, dejamos enfríar y guardamos. Y… A disfrutar…

7.- Segunda opción, guiso con garbanzos…. Dejamos una parte en la cazuela, añadimos unos garbanzos cocidos (si son de bote lavar muy bien hasta que salga el agua, sin espuma) añadir un poco más de caldo y dejar cocer 15 min. Este guiso como todo, estará mejor de un día para otro. Y… A disfrutar…

<u>Vocabulario:</u>

Mirapoix: es una combinación de hortalizas cortadas en pequeños dados de aproximadamente 1 cm y medio de sección, empleada para saborizar salsas, asados, caldos y sopas. Las verduras tradicionalmente utilizadas son las zanahorias, las cebollas y el apio, pero son igualmente frecuentes los puerros, los nabos, los pimientos.

Concasse: es una técnica culinaria que se hace a ciertas verduras (por regla general se menciona con el tomate) y que consiste en escaldar previamente para poder pelar y eliminar de esta forma más fácilmente la piel externa, y luego cortar para quitar el interior: pepitas, huesos, etc. Se pica finamente: el nombre *concasse* en francés significa: finamente picado.

@cacocinas

@cacocinas

Laboriosa

3.- Manitas rellenas: gambas a plancha, puerro pochado en aceite de gambas y crema de garbanzos del guiso.

Esta es, primero porque me flipan las manitas y segundo, porque me apetecía hacer un plato un poco más 2.0 como digo yo.
Una receta que no veo difícil, pero si que es bastante laboriosa. Lleva varios procesos, deshuesar las manitas, rellenarlas, hacer guiso, la crema de garbanzos…
Vamos al lio??

Ingredientes:

Para el rull de manitas:
3 Manitas cocidas. (6 mitades)
1 puerro.
24 gambas
Aceite de Oliva Virgen Óleo Quirós.
Sal y pimienta.

Para la crema de garbanzos:
Garbanzos del guiso de manitas.
Caldo de cocción de las manitas.
Foie micuit.
1 cucharadita de Tahini (pasta de sesamo)
1 punta de comino en polvo.
Aceite de Oliva Virgen Óleo Quirós.
Sal y pimienta.

Para la salsa de manitas:
Jugo del guiso de manitas.
Caldo de cocción de manitas.
Espesante (xantana, maizena..) si hicera falta.

Para terminar:
Patatas paja.
Cebollino.
Aceite de Oliva Virgen Picual Óleo Quirós.

Preparacíon:

Relleno:

1.- Comenzamos con el relleno para que enfríe. Pelamos las gambas, reservamos las cabezas y los cuerpos. Ponemos una brocheta a los cuerpos desde la cola a la parte de la cabeza para que al plancharlas queden rectas.

2.- En una sartén con dos cucharadas de aceite, marcamos las cabezas de las gambas con un punto de sal. Aplastamos las cabezas y retiramos.

3.- Añadimos un poco más de aceite para no quemar el sabor a gamba plancha y marcamos los cuerpos salpimentados. Sacar y reservar.

4.- En ese mismo aceite pochamos el puerro limpio y cortado en juliana ancha hasta que esté caido. Sacamos, reservamos y dejamos enfriar.

Hacer el rull:

5.- Tenemos que deshuesar en caliente las manitas, retiranto todos los huesos, venas e impurezas. Eso sí, rompiendolas lo menos posible.

6.- Extendemos papel film sobra la tabla o encimera. Vamos colocando las manitas con la parte de la piel hacia abajo procurando que no haya huecos.

7.- Colocamos en el centro de las manitas una capa de gambas, puerro y otra capa de gambas.

8.- Ayudandomos del papel film enrollamos prensando todo lo posible y damos la vuelta hasta conseguir un cilindro.

9.- Ponemos otro film extendido en la tabla ahora en horizontal. Volvemos a enrollar prensando. Pinchamos con un palillo para que salga el aire. Cogiendo el film sobrante de las puntas, hacemos girar sobre la tabla para que se vaya prensando bien.

10.- Atamos las puntas para que no se desapriete, guardamos en el frigorifico 24 horas para que coja cuerpo.

Crema de los garbanzos del guiso:

11.- Recuperamos del guiso que habíamos hecho de garbanzos con manitas un vaso de garbanzos, no pasa nada porque caiga algún trozo de manita.

12.- Ponemos en un vaso batidor los garbanzos calientes, un poco de la salsa del guiso, ½ vasito de caldo de cocción. Agregamos el tahini, el comino y un punto de sal y pimienta. Turbinamos agregando un poco de aceite en hilo. Rectificamos de sazón y reservamos.

@cacocinas

Nota: esta crema siempre tiene que estar tibia o caliente, si se enfria con el colageno de las manitas se gelatiniza.

Para la salsa de manitas:

13.- Recuperamos jugo del guiso de manitas, alargamos con un poco de caldo de la cocción y ponemos a reducir en un cazo. Casi seguro que no hará falta texturizar para tener la densidad deseada, pero si fuera necesario, usar un poco se xantana o maizena.

Para terminar el plato:

14.- Freimos las patatas en abundante aceite de oliva virgen extra.

15.- Cortamos una rodaja de 3 cm del rull de manitas, sin quitar el film.

16.- Marcamos en una sartén con muy poco aceite y ya sí, quitando el film, por los dos lados.

17.- Acabamos en el horno a 180º C dos minutos.

18.- Ponemos en el plato de presentación (yo aquí, ahora, ando con lo justo) una base de la crema de garbanzos. Colomamos encima el disco de manita. Salseamos con el jugo del guiso. Acabamos con las patatas fritas bien crujientes y el cebollino.

Y… A disfrutar…

@cacocinas

Fácil

Una merienda rica: Crepes de fresas con nata.

Una receta de estas fáciles, de capricho y con la que los niños se lo pasan bomba y disfrutan, haciendolas y comiendoselas. Quien dice una merienda, dice un desayuno o un postre. Os la pongo con fresas y nata, pero mis preferidas son con limón y azúcar. Ahí lo dejo.

Ingredientes:

3 tazas de leche.
2 tazas de harina.
1 taza de azúcar.
4 huevos.
Canela.
Pizca de sal.

Fresas.
Nata semimontada con azúcar.

(tazas medianas)

Preparación:

Lo que decía de primero de niño cocinero, entretenido, divertido e hiper fácil. Poner todos los ingredientes de la crepe en un vaso de batidora y batir hasta que se integre todo bien.

1.- Para la nata con una varilla ya sea manual o mecánica limpia de grasa y humedad batimos la nata hasta que empiece a coger cuerpo, ahí añadimos una cucharada de azúcar glass y seguimos batiendo un poco más. Si os fijáis he usado nata de cocina y azúcar normal, si le ponéis un poco de empeño y maña, también vale.

Yo no puedo con la nata muy montada, siempre lo digo en los cursos, me gusta semimontada que es mucho más fresca y si le ponéis unas gotas de extracto de vainilla ya lo bordáis.

2.- Para hacer las crepes: en una sartén amplia antiadherente, a fuego medio/fuerte, ponemos un poco de mantequilla o aceite y repartimos bien con un papel por toda la superficie.

3.- Vertemos una pequeña cantidad de masa y movemos rápidamente para que se extienda por todos lados y queden finas.

4.- Cuando empiece a hacer pompitas y a verse agujeritos damos la vuelta.

@cacocinas

5.- Doramos un minuto más por el otro lado y sacamos a un plato.

6.- Colocamos una fila de fresas limpias y laminadas.

7.- Ponemos un par de cucharadas de nata, enrollamos y… a disfrutar…