Bea Roque

El rincón de Bea

Un dulce para cada ocasión

Fiesta

LIBROS CÚPULA

Bea Roque

FIESTA

un dulce para cada ocasión

LIBROS CÚPULA

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 fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© del texto: Bea Roque
© imágenes: Bea Roque y Antonio Alcalde
Diseño del interior y composición: Gema Sanz Galiano

Nos hemos esforzado por confirmar y contactar con la fuente y/o el poseedor del copyright de cada foto y la editorial pide disculpas si se ha producido algún error no premeditado u omisión, en cuyo caso se corregiría en futuras ediciones de este libro.

Primera edición: noviembre de 2018

© Editorial Planeta, S. A., 2018
Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)
Libros Cúpula es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.
Este libro se comercializa bajo el sello Libros Cúpula
www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-480-2508-3

Depósito legal: B. 20.320-2018

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

ÍNDICE

SOBRE MÍ 13
INTRODUCCIÓN 17
INGREDIENTES 19
EQUIPAMIENTO 29
PROCEDIMIENTOS 37
TRUCOS Y CONSEJOS 43
CONSERVACIÓN Y CONGELACIÓN DE LOS BIZCOCHOS 49
ACLARACIONES A TODAS LAS RECETAS 52
ANTES DE EMPEZAR 51

1. CREMAS, RELLENOS Y DEMÁS

Introducción cremas, rellenos y demás 57
1. Lemon curd 58
2. Frosting cremoso de vainilla 60
3. Merengue suizo 62
4. Buttercream de merengue suizo 64
5. Merengue italiano 66
6. Buttercream de merengue italiano 67
7. Buttercream americano 69
8. Buttercream de chocolate 70
9. Crema de mascarpone 71
10. Compota de manzana 72
11. Crema pastelera 74
12. Mantequilla de cacahuete 76
13. Salsa de caramelo 78
14. Puré de calabaza 80
15. Buttermilk 82

2. RECETAS DE FIESTA

Introducción recetas de fiesta 86

¿Cómo se rellena y cubre una tarta? 87

1. Tarta de coco 90
2. Tarta de limón y frambuesa 94
3. Tarta de chocolate Hershey's 98
4. Tarta de zanahoria y cardamomo 102
5. Tarta de vainilla y naranja 106
6. Tarta arco iris 110
7. Tarta de galleta Lotus 114
8. Tarta de caramelo con palomitas 118
9. Tarta Victoria 122
10. Tarta de lima y arándanos 124

3. RECETAS DE PRIMAVERA

Introducción recetas de primavera 131

1. Nidos de chocolate 132
2. Galletas de Pascua 134
3. Chiffon de rosas y té matcha 136
4. Bundt de triple limón 138
5. Bundt de zanahoria en licuadora 140
6. Merenguitos 142
7. Bundt de maicena 144
8. Bundt cake de queso 146
9. Rosas de frambuesa 148
10. Flores de limón 150

4. RECETAS PARA MERENDAR

Introducción recetas para merendar 155

1. Tortitas exprés 156
2. Rosas de manzana 158
3. Monkey bread 160
4. Galletas de maicena y leche condensada 162

5. Cake de plátano, coco y chocolate 164
6. Muffins de triple chocolate 166
7. Cucharas de capuchino 168
8. Tarta de queso estilo alemán 170
9. Bocaditos de tarta 172
10. Galletitas con forma de flor 174

5. RECETAS DE OTOÑO

Introducción recetas de otoño 179
1. Bundt de calabaza y manzana 180
2. Bizcocho de canela y avellana 182
3. Rollitos de chocolate y naranja 184
4. Bizcocho de manzana y arándanos 186
5. Chai tea latte cheesecake 188
6. Galletas de mantequilla de cacahuete y chocolate 190
7. Cake de chocolate y nata 192
8. Bizcochitos de compota de manzana 194
9. Mansión encantada 196
10. Bundt de cinnamon roll 198

6. RECETAS DE NAVIDAD

Introducción recetas de Navidad 203
1. Corona de niñas de jengibre 204
2. Bundt de vino especiado 206
3. Tronco de Navidad 208
4 Casita de jengibre 210
5. Galletas de cardamomo 212
6. Bundt cake de buttermilk 214
7. Cake de mandarina y amapola 216
8. Árboles de galleta 218
9. Cheesecake de chocolate 220
10. Mini angel cakes de azúcar moreno 222

7. RECETAS PARA SORPRENDER

Introducción recetas para sorprender 227
1. Bizcocho de helado 228
2. Bizcoflán 230
3. Chesecake de lima y merengue 232
4. Flan parisino 234
5. Nubes de vainilla 236
6. Pastel mágico de vainilla 238

8. Y ¿QUÉ BEBEMOS?

Introducción 242
1. Batido de plátano y frambuesas 244
2. Batido de cheesecake 246
3. Batido de Oreo 248
4. Batido de galleta Lotus 250
5. Batido de brownie 252
6. Limonada de pomelo rosa 254
7. Frappuccino de moka 256
8. Sidra caliente 258
9. Vino especiado 260
10. Chocolate con jengibre y canela 262

¿QUÉ HA FALLADO? 265
EQUIVALENCIAS Y SUSTITUCIONES 271
TABLA DE CONVERSIONES 274
AGRADECIMIENTOS 277
¿DÓNDE ENCUENTRO...? 280
BIBLIOGRAFÍA 281
ÍNDICE ALFABÉTICO DE RECETAS 283

SOBRE
MÍ

Querido lector:

Antes de nada quiero agradecerte de corazón que hayas comprado este libro tanto si es para ti como si es para regalar a alguien querido.

FIESTA, un dulce para cada ocasión es mi tercer libro. Si no me conoces, te cuento mi historia. Hace algo más de once años comencé a escribir mi blog «El rincón de Bea». Hacía unos tres años que mi marido y yo nos habíamos comprado una casa nueva, con una cocina enorme y que estaba totalmente infrautilizada. Pronto empecé a ser visitante habitual de foros como «Mundorecetas», «El Cafetito» y «Mesacamilla». No te puedes imaginar todo lo que aprendí de esos foreros, de los que guardo unos recuerdos imborrables. Ellos subían fotos de sus postres paso a paso o de sus comidas de a diario. Y yo me moría de envidia, porque ni sabía hacer postres, ni tenía robot de cocina, y mucho menos podía imaginar contribuir con una foto, porque no tenía cámara.

Todo empezó cuando mi madre me regaló una Thermomix. Comencé a hacer postres facilitos y un día, al llegar a casa del trabajo, Antonio, mi marido, me había creado un blog, con título y todo: «El Rincón de Bea, mi restaurante favorito es mi cocina». Yo no me lo podía creer. Ahora ya tenía el blog y había que llenarlo de contenido. Al principio fue un poco genérico, mis gatas, mi vida diaria, mis salidas en moto con nuestra Harley Davidson, comida salada, postres. Poco a poco fui tomando un rumbo. Me encantaba preparar dulces y me salían bien, así que el blog sería una especie de diario en el que comentaría todas las incidencias que había tenido en una receta: ¿qué me ha salido bien?, ¿qué me ha salido mal?, ¿con qué he de tener cuidado? y ¿por qué?

Pero fue después de nuestro viaje a Nueva York cuando me di cuenta de que necesitaba una batidora de pie para preparar todos esos postres, masas de galletas y glaseados que tenía pendientes. Nada más regresar, me compré una KitchenAid roja y desde entonces no le tuve miedo a nada. Con ayuda de libros americanos de repostería y también visitando blogs empecé a publicar recetas americanas. Reconozco que con un poco de miedo al principio, ya que nadie por aquella época hacía repostería estadounidense aquí en España y no sabía si iba a gustar.

Efectivamente a los lectores les encantaron mis entradas, en las que además de relatar extensamente las incidencias que me habían acontecido al preparar la receta, en cada una compartía un trocito de mi vida. Historias cotidianas de mi trabajo o relatos de mi pasado. Muchas veces, la receta era secundaria, se convirtió en una especie de terapia.

Creo que fui la pionera en publicar galletas decoradas y aquella primera glasa. Poco a poco conocí los moldes *Bundt* y empecé a coleccionarlos. Luego aparecieron en mi vida los *layer cakes* o tartas de pisos y más tarde surgió la posibilidad de escribir un libro, *Apasiónate por la repostería*. Poco después vino el segundo, *Delicias para compartir.*

También recuerdo que, cuando empecé con el blog, éramos literalmente cuatro gatos. Nos conocíamos todos, fuera cual fuese la temática de nuestras páginas. Fue una época buena, de amigos virtuales, de compañerismo, y la recuerdo con mucho cariño. Era un mundo nuevo que todos estábamos descubriendo. En la actualidad hay miles de blogs, en un mundo en el que es imposible conocer a todo el mundo y en el que todo el mundo quiere llegar a ser conocido, a tener un premio, a sacar la mejor foto, a salir en la tele. Yo me sigo conformando con compartir recetas infalibles que le puedan funcionar a cualquiera.

El pasado año he viajado mucho y he impartido cursos de repostería en diferentes escuelas por toda la península. Esto me ha ayudado no solo a compartir mis conocimientos, sino también a aprender mucho sobre el horneado en diferentes lugares, con diferentes máquinas y distintos ingredientes. También ha sido muy interesante e instructivo conocer de primera mano otras formas de hornear y de trabajar de los más de seiscientos alumnos a los que he conocido.

No soy repostera profesional. Todo lo que he aprendido lo he hecho yo misma con mis ensayos y mis errores. No hay tradición repostera en mi casa ni en mi familia. Esto ha sido todo nuevo para mí. Pero hay algo que puedo afirmar con total seguridad: todas las recetas de este libro te van a salir bien si las sigues al pie de la letra, ya que te aclararé todas las dudas.

De nuevo, aquí tienes tu libro, con infinidad de ideas para cada ocasión. Siempre suelo recibir consultas del tipo: «Tengo el cumpleaños de mi padre, de mi hermana, de mi primo o de mi abuela, ¿qué tarta le hago?», «Tengo una merienda de amigos en casa, ¿qué preparo de postre?». Este es un libro pensado para ti, un libro de consulta en el que encontrarás desde algo muy pequeño, como una galleta o un merengue, hasta recetas más elaboradas, como una tarta. Para cuando quieras preparar algo rápido o algo más especial.

Espero que lo disfrutes.

www.elrincondebea.com
@bearoque
El Rincón de Bea
@RinconBea
bea@elrincondebea.com

«UNA FIESTA SIN UNA TARTA ES SOLO UNA REUNIÓN.»

(JULIA CHILD)

INTRODUCCIÓN

FIESTA

Tanto si es para celebrar un cumpleaños, un aniversario o la inauguración de la nueva casa de unos amigos, las tartas y los dulces son el colofón a una fiesta, el centro de una celebración. Ahora con los móviles podemos sacar miles de fotos, y en la mayoría de los casos la ocasión no es memorable. Si superas la treintena, acuérdate de esas fotos de cuando eras pequeño que conserva tu madre en ese álbum familiar en el fondo del armario, cuando solo se sacaba la cámara en momentos especiales. La mayoría reflejan una fiesta, una reunión familiar en la que siempre hay una tarta o un dulce como centro de dichos recuerdos felices.

Este dulce para compartir con tu familia o amigos por supuesto que lo puedes comprar, siempre en una pastelería de confianza, pero nada es comparable al amor y dedicación que representa algo hecho en casa. No solo representa tu amor hacia los demás, los beneficios de hornear también los notas tú. Estudios en el campo de la psicología indican que cocinar y hornear no solo aumentan la creatividad, sino que dedicarte un tiempo es una terapia en sí misma.

La repostería requiere atención, estimula los sentidos, aumenta la creatividad y la concentración. También requiere unas buenas vibraciones. Intenta estar feliz el día que horneas. No lo hagas por obligación o con pereza, los resultados no serán los mismos. Será un momento de concentración total, en el que no te dé tiempo a pensar en problemas de trabajo o de la vida cotidiana mientras mezclas los ingredientes y hazlo siempre con la certeza de que se van a convertir en algo maravilloso al salir del horno. En ese momento te olvidarás de todo y te aportará alegría y felicidad. Mientras cocinas te das cuenta de que estás siendo productivo, que estás creando algo de la nada y que tendrá un resultado tangible en tan solo 30 minutos.

Siempre me maravillo al pensar en la magia de la repostería. Con los mismos ingredientes pero en distintas proporciones podemos conseguir resultados diferentes: unas galletas, un bizcocho, un merengue, una tarta. La base siempre será la misma: mantequilla, azúcar, huevos, harina y leche.

A lo mejor nuestra tarta no es tan perfecta como la que podemos comprar en una pastelería, pero desde luego estará hecha con todo el cariño. Regalar comida a los demás hace que te sientas bien y recibir comida hace que te sientas querido.

Vivimos en un mundo en el que el azúcar está considerado un demonio, un veneno mortal, un monstruo maligno causante de miles de enfermedades. Sin embargo, el problema no es el azúcar que consumimos en una tarta o en un bizcocho preparado en casa de vez en cuando. El problema es el que viene oculto en los alimentos procesados como los cereales, panes de molde, salsas, charcutería, bebidas gaseosas o algo tan aparentemente inofensivo como los guisantes en lata. Y, por supuesto, el principal enemigo es la forma de vida sedentaria.

Comer tarta de vez en cuando no es un pecado. No cuentes las calorías de ese trocito de pastel o de dulce que te estás comiendo, deja que tu mente se quede con los buenos momentos que pasaste comiéndola en esa fiesta con amigos o familia. La vida es demasiado corta para dejar pasar estos momentos de felicidad, que realmente son los únicos recuerdos que deberás conservar.

En este libro encontrarás infinidad de recetas e ideas para cualquier tipo de celebración, ya sea esta un cumpleaños, una visita por la tarde o vayas a ver a un amigo. Encontrarás recetas para la primavera, para el otoño y para la Navidad. También hay recetas para impresionar e incluso bebidas para acompañar a todas esas preparaciones.

Pero esto es solo una idea, solo la forma en la que a mí se me ha ocurrido organizarlas. No te cierres a la posibilidad de utilizar las recetas de cualquier capítulo en cualquier otra celebración, úsalas a tu gusto. Obviamente, la casita de jengibre es más lógica y apetecible en Navidad, pero no seré yo quien te diga que no le puedes cambiar el sabor y convertirla en una casita de verano.

Y hablando de verano, no te creas que se me ha olvidado incluirlo, pero en verano estamos de vacaciones, nos vamos fuera de casa, hace calor y no nos apetece demasiado encender el horno. Yo en el verano le pongo el cartel de «no molestar» a mi horno. En cualquier caso, en el libro encontrarás infinidad de propuestas para tu celebración veraniega.

También encontrarás preparaciones sencillas y algo más elaboradas, pero las explicaciones y resoluciones de problemas que encontrarás más adelante te ayudarán y te guiarán.

Siempre que celebremos con amigos, tengamos en cuenta lo que decía Julia Child: «Una fiesta sin una tarta es solo una reunión». Cualquier ocasión es buena para encender el horno. No necesitamos excusas, hagámoslo porque sí, simplemente para celebrar que estamos vivos porque la vida es una FIESTA y el postre está servido.

INGREDIENTES

Para tu despensa compra los mejores ingredientes que te puedas permitir. Los ingredientes básicos de una receta son tan pocos, que no merece la pena ahorrarse esos céntimos. Por muy poco dinero podremos comprar la mejor mantequilla, los huevos camperos más sabrosos, la vainilla más exquisita, el mejor chocolate o la mejor canela.

A menos que realmente tengas un problema de salud no utilices productos *light* o bajos en grasa en los postres, ya que los resultados no serán los mismos.

A continuación te dejo los ingredientes que deberás tener en tu despensa… o en la nevera.

ALMIDÓN DE MAÍZ

Comúnmente conocido por su nombre comercial —Maizena—, la harina fina de maíz es un polvo blanco y sedoso que se consigue con el molido muy fino del tejido interno del maíz seco. No se debe confundir con la harina de maíz normal, ya que no es el mismo producto.

Se utiliza tanto en cocina como en repostería para espesar salsas o cremas. También se puede usar para sustituir la harina de trigo en una receta, pues hará las masas más suaves y ligeras. Tampoco se debe confundir otro producto también de la marca Maizena, que es espesante de salsas (Maizena Express o espesante instantáneo).

AZÚCAR

Desde hace poco podemos encontrar en nuestros supermercados azúcar de repostería. Aunque suele suceder que cuando al nombre de un producto le sigue la palabra «de repostería» es un invento para intentar engañarnos, en este caso no es así. El azúcar de repostería es el *caster sugar* de las recetas británicas que, por fin, podemos conseguir aquí a un precio razonable. Tiene unos cristales un 30 % más finos y homogéneos. No debemos confundir el azúcar extrafino con el azúcar glas.

El azúcar extrafino, que así lo llamaremos en las recetas de este libro, proporcionará mayor esponjosidad en el emulsionado de masas de bizcochos o cremas y mejorará nuestras preparaciones. Conseguiremos que no se note cuando lo batamos con la mantequilla gracias a su gran capacidad de disolución, y sus aristas harán que nuestras masas batidas aumenten más de volumen. El azúcar granulado normal no se llega a disolver nunca en un batido con mantequilla y eso hará que nuestros bizcochos queden con unos puntitos oscuros en su superficie. De momento en el mercado existen dos marcas que lo comercializan, Azucarera y Sidul.

También, desde hace un par de años, podemos conseguir azúcar moreno integral de caña, tanto el claro como el oscuro. Ambas variedades las comercializa Azucarera y corresponderían a lo que solemos ver en recetas americanas como *light brown sugar* o *dark brown sugar*. La variedad Java (o suave) tiene notas a vainilla, uva y caramelo. La variedad Moka (o intensa) tiene un toque a frutos secos, pasas y regaliz.

Ambos son azúcares no refinados del tipo muscovado de origen natural. Tienen mayor cantidad de miel de caña que un azúcar demerara y más intensidad de matices de aroma y sabor.

El azúcar glas (*icing sugar*) es azúcar pulverizado con almidón añadido como antiapelmazante. Es aconsejable comprarlo hecho y no triturarlo en casa, ya que en ningún caso obtendremos un resultado tan fino, y se notaría al hacer un *buttercream* o un glaseado. Existen variedades aromatizadas muy prácticas que he utilizado en varias recetas del libro.

ACEITE

Los aceites vegetales son grasas cuyo origen está en frutos o semillas vegetales. En España estamos acostumbrados al aceite de oliva virgen, del cual soy consumidora. Sin embargo, y a pesar de haber variedades más afrutadas como la Arbequina, encuentro que el sabor es demasiado intenso para repostería. En muchos casos esta «intensidad» es muy agradable, por ejemplo, en unas magdalenas o en un bizcocho de aceite de oliva, pero en otros casos enmascara demasiado otros sabores, pero esto es solo una preferencia personal.

En este libro cuando una receta indique aceite vegetal, yo utilizaré aceite de girasol, pero podrás utilizar el que más te guste, tanto de oliva, como de girasol o de maíz, que tienen un sabor más neutro y que no «matan» el resto de los ingredientes de nuestros postres.

En el capítulo «Equivalencias y sustituciones» encontrarás un consejo sobre cómo sustituir el aceite por mantequilla y viceversa en los postres. En la foto verás aceite de oliva virgen extra, aceite de oliva 0,4 y aceite de girasol.

BICARBONATO SÓDICO

Es un impulsor químico y se activa con un líquido y un ácido. El bicarbonato comienza a hacer efecto en la masa tan pronto se humedece, por tanto, es muy importante hornear a la mayor brevedad posible. Si esperas demasiado, las burbujas de dióxido de carbono habrán empezado a expandirse y comenzarán el declive cuando las metas en el horno. La masa no subirá y tendrá una textura pesada.

Utiliza exactamente la cantidad de bicarbonato que pide la receta. Si pones demasiado, no solo no subirá lo suficiente, sino que creará el efecto contrario; además, te encontrarás con un desagradable sabor químico.

Conserva el bicarbonato en un recipiente hermético en un lugar seco de seis a nueve meses como máximo. Comprueba siempre su fecha de caducidad. Si quieres cerciorarte de si realmente sigue activo, mezcla una cucharadita de bicarbonato con un poco de vinagre, si hace burbujas, está bien. Si no, debes comprar otro bote.

BUTTERMILK

Hasta hace poco tiempo era imposible encontrar *buttermilk* —suero de leche o suero de mantequilla— a la venta. Por suerte, ya se puede encontrar en varias cadenas de supermercados. Para mi gusto el

buttermilk comprado es mucho mejor que el hecho en casa. Por eso, siempre que puedas, cómpralo. Si no lo usas antes de la fecha de caducidad puedes meterlo en pequeñas bolsitas herméticas de 125 ml y congelarlo hasta tres meses. Recuerda marcar en la bolsa la fecha de congelación.

En la página 82 encontrarás cómo utilizar y hacer *buttermilk* en casa si no lo encuentras en tu supermercado.

CANELA

Es una de las especias utilizadas más antiguas y tiene su origen en la India y Sri Lanka. Proviene de la parte interior de la corteza de un árbol de la familia del laurel, que se pela y se deja secar durante unos días, por eso se queda enrollada, formando los palitos que se comercializan. También se vende en polvo.

CREMOR TÁRTARO

El cremor tártaro es un polvo blanco, inodoro. Es un producto natural que se obtiene de los sedimentos que se producen con el envejecimiento del vino y no se puede sustituir por nada.

Se utiliza para estabilizar las claras y aumentar su volumen y tolerancia al calor. También se utiliza para las glasas, ya que les da más flexibilidad. Asimismo, previene la cristalización de los jarabes de azúcar y caramelos.

Se vende en tiendas especializadas de repostería. Conservar en un lugar fresco y seco y comprobar su fecha de caducidad.

CHOCOLATES

El chocolate de cobertura, también llamado chocolate para postres, es el que necesitarás para preparar muchas de las recetas de este libro. En el mercado hay infinidad de marcas, como Valor, Lindt o Nestlé.

CACAO EN POLVO

Lo primero que hay que tener muy claro es que cuando una receta pida cacao en polvo, usaremos cacao en polvo y NO cualquier preparado soluble del estilo de Cola Cao o Nesquik.

Yo utilizo en mis recetas dos marcas de cacao en polvo: Hershey's y Valor.

El primero es cacao en polvo natural, que por lo general se encuentra a la venta en América. Tiene un color marrón claro y un sabor muy amargo. Es el ingrediente perfecto para hacer *brownies* y pasteles de chocolate. Es muy ácido y casi siempre aparece en las recetas junto con el bicarbonato sódico para neutralizar su acidez. Lo puedes comprar en tiendas especializadas en repostería y en tiendas *gourmet*.

El segundo es cacao con proceso holandés. Este es el que comúnmente se encuentra a la venta en Europa. Este cacao se ha procesado con un álcali, lo que neutraliza su acidez, suaviza su sabor, y cambia el color dejando un bonito tono marrón rojizo. También se disuelve más fácilmente en la leche o en el agua. Como la acidez del cacao ya ha sido neutralizada, suele aparecer en las recetas junto con el polvo de hornear. Lo puedes comprar en cualquier supermercado.

CLARAS PASTEURIZADAS. *Véase huevos.*

COLORANTES

Para los merengues, *buttercreams* y bizcochos de este libro he utilizado los colorantes líquidos de Squires Kitchen.

AZÚCAR MORENO
DE CAÑA INTEGRAL
Azucarera
MOKA
intenso
Muscovado
No Refinado
ORIGEN
ISLA
MAURICIO
Peso
Neto: 500g e

AZÚCAR MORENO
DE CAÑA INTEGRAL
Azucarera
JAVA
Suave
Muscovado
No Refinado
ORIGEN
ISLA
MAURICIO
Peso
Neto: 500g e

ESPRAY DESMOLDANTE

El espray desmoldante es uno de esos ingredientes imprescindibles en tu cocina a la hora de hacer repostería. Por supuesto, puedes utilizar mantequilla para engrasar tus moldes —derretida es muy fácil de extender con una brocha de silicona—, pero encuentro que el espray es mucho más sencillo y práctico. Recuerda siempre utilizarlo sobre el fregadero y no sobre el suelo, ya que los restos que caigan podrían hacer que resbalaras. Hay infinidad de marcas en el mercado, pero después de haber utilizado muchas, el que más me gusta es el de PME.

GOLDEN SYRUP

Es el nombre comercial que se le da en el Reino Unido a la melaza o azúcar de caña parcialmente invertido. Se compra en unas latas o botellas verdes de la marca Tate & Lyle. Tiene un sabor muy agradable y es el complemento perfecto para endulzar las tortitas. Puede sustituir a la miel y también al jarabe de maíz.

HARINA

Es uno de los ingredientes principales de la despensa y desempeña un papel primordial en el sabor, la textura y, sobre todo, en la estructura de nuestros dulces.

En la mayoría de las recetas de este libro se utiliza harina de trigo de todo uso. En otras se usa harina bizcochona o con levadura (que no se debe confundir con la harina para repostería). La venden en cualquier supermercado. Si vas a comprar un paquete de harina de trigo normal, de paso compra otro de harina bizcochona. Si vives en un país en el que no exista, puedes hacerla tal como indico en el capítulo «Equivalencias y sustituciones».

Después de abrir el paquete, conserva la harina en un lugar fresco y seco o en un tarro hermético con una hojita de laurel para evitar gorgojos. Si dejas el paquete abierto, la harina se secará y es posible que tu próxima receta necesite más líquido del recomendado.

Si has comprado mucha harina y ves que no la vas a consumir, la puedes conservar en el congelador. Si el paquete de harina está cerrado, lo puedes meter directamente en una bolsa de congelación. Si está abierto, introduce la harina en una bolsa de autocierre de manera que quede una capa lo mas plana posible e intenta sacar todo el aire al cerrarla. La harina no se congelará ni se quedará dura, sino fría, y solo deberás dejar la bolsa un ratito a temperatura ambiente para que se atempere. También puedes conservar la harina en la nevera.

HUEVOS

Es un ingrediente camaleónico con el que se puede hacer tanto una suave crema de limón o una natilla como mantener la estructura de un bizcocho con sus proteínas. No solo influye en la textura, sino también en el sabor final de nuestros productos. Utiliza siempre que puedas huevos ecológicos, su sabor es incomparable y vale la pena ese gasto extra. Conserva los huevos en la nevera con la punta hacia abajo.

Las claras pasteurizadas envasadas son un producto muy práctico a la hora de hacer un bizcocho de claras, un *angel food cake* o merengue. Recuerda que estas tardan más tiempo en montar que las frescas.

LECHE

Es preferible utilizar leche entera en las preparaciones: su contenido en grasa la hace más recomendable que la leche desnatada o semi. Se

LYLE'S GOLDEN SYRUP
ABRAM LYLE & SONS
OUT OF THE STRONG CAME FORTH SWEETNESS
SUGAR REFINERS
454g e
PARTIALLY INVERTED REFINERS SYRUP
LYLE'S GOLDEN SYRUP
ABRAM LYLE & SONS
SUGAR REFINERS

puede sustituir por leche de cabra o de oveja. En algunos casos se podrían utilizar leches vegetales, como leche de arroz, avena, almendra o soja.

LEVADURA

Es un ser vivo, un hongo que transforma el azúcar de la harina en gas y se utiliza para fermentar el pan.

La levadura se comercializa en dos formatos. La fresca suele venir en pastillas pequeñas (25 gramos) y la instantánea, en gránulos, en sobres de 7 o 10 gramos. La norma básica de uso es que de la seca se utilizará ⅓ de la cantidad que se indica para la fresca.

El inconveniente de la levadura fresca es que solo dura algo más de un mes en la nevera. Desde luego que se podría congelar, pero, al tratarse de un ser vivo, es posible que, con el tiempo, pierda capacidad de fermentación. Por ello es mucho más práctico tener sobres de levadura instantánea en la despensa, para poder utilizarlos en cualquier momento que se nos ocurra ponernos a hornear un pan o cualquier tipo de masa que necesite levado.

Los sobres de levadura instantánea en ningún caso deben de confundirse con la levadura química.

MANTEQUILLA

Es el milagro que se produce al batir la nata. Es la grasa por excelencia que tradicionalmente se usa en repostería. Su sabor es inconfundible y maravilloso, y no existe sustituto posible.

A menos que sea por motivos de salud (ojo, no estoy hablando de consumo de menos calorías), no intentes sustituir la mantequilla por margarina ni por otro derivado como la mantequilla fácil de untar, los resultados no serán los mismos.

Tampoco utilices mantequilla con sal, cada marca añade una proporción diferente, por lo tanto, el sabor variará bastante. Utiliza una mantequilla de calidad y con un alto contenido en materia grasa; notarás una gran diferencia en el producto final.

Un truco para cortar exactamente a la mitad las pastillas de mantequilla de 250 gramos, es hacerlo en diagonal, tal como ves en la foto.

Si no utilizas toda la mantequilla de un paquete, conserva el resto en la nevera perfectamente cerrada en su envoltorio o en papel de aluminio para que no entre en contacto con el aire, pues se resecaría. Si encuentras mantequilla de oferta puedes comprar y conservarla congelada en su envoltorio hasta tres meses.

NATA LÍQUIDA

Es la nata que piden las recetas para repostería, generalmente tiene un contenido de materia grasa de un 35-40 %. La nata no solo se utiliza como un ingrediente en la preparación, sino que sirve como relleno y acompañamiento. Cuando una receta pida este ingrediente, utiliza siempre nata para montar en vez de nata para cocinar, que tiene menor índica de materia grasa.

NATA FRESCA

Es una crema blanca, espesa, grasa (de 30 a 40 % de materia grasa) y ligeramente acidificada por los cultivos bacterianos que contiene. Originariamente era una especialidad francesa, conocida como *crème fraîche*, pero hoy se ha extendido por toda Europa y es muy empleada tanto en cocina como en repostería. Tiene un delicado aroma a nueces o a mantequilla y es un maravilloso complemento para la fruta fresca, el caviar y ciertos pasteles.

NATA AGRIA

Es también una crema, sin embargo, es más amarga, más espesa y menos grasa que la nata fresca, a la que se asemeja, ya que tan solo tiene un 18 % de materia grasa. Puede sustituir al yogur, ya que tiene la misma cantidad de grasa, y la podemos utilizar en vez del *buttermilk*, pero sería necesario rebajarla con leche o agua, de lo contrario, la receta no tendría suficiente líquido, por lo que presentaría una textura seca.

Tanto la agria como la fresca las puedes encontrar fácilmente en cualquier supermercado o hipermercado.

POLVO DE HORNEAR

Es un impulsor/gasificante, conocido comúnmente por el nombre de la marca comercial Royal. Al contrario que el bicarbonato, el polvo de hornear hace efecto al entrar en contacto con el calor. Y al igual que el bicarbonato, debes utilizar exactamente la cantidad que pide la receta, aunque te parezca poco. Demasiado polvo de hornear da lugar a un bizcocho con miga hueca y frágil, y a menudo se hunde en el centro. Por el contrario, una cantidad demasiado escasa hará que el bizcocho sea duro y la miga compacta y con poco volumen.

El bicarbonato y el polvo de hornear no son intercambiables.

Conserva el polvo de hornear en un recipiente hermético en un lugar seco de 6 a 9 meses como máximo. Si quieres comprobar que tu polvo de hornear está activo, mezcla una cucharadita en medio vaso de agua tibia, debería hacer burbujas y ponerse espumoso.

SAL

La sal realza el sabor de los ingredientes. No te olvides de echarla por muy pequeña que sea la cantidad cuando te la indique una receta. Utiliza sal de mesa y no gorda, ya que no se disolverá tan fácilmente.

VAINILLA

Si hay un sabor y un ingrediente inconfundible e imprescindible en la repostería es la vainilla. Se puede considerar el ingrediente por excelencia. Una vez leí una frase que decía: «La vainilla es como el amor: lo convierte todo en mejor». La vainilla es mi debilidad.

La vainilla se comercializa de varias formas: en vaina, en polvo, en extracto y en pasta. Esta última es verdaderamente interesante, se trata de una especie de jarabe muy espeso con las pintitas de la vainilla y todo su sabor, y lo encontrarás en la mayoría de las recetas de este libro. Se utiliza en la misma proporción que el extracto.

Se usa no solo para dar ese agradable sabor, sino también para acentuar el gusto de otros ingredientes, al igual que la sal o el café.

YOGUR

Es leche que se ha fermentado con bacterias de ácido láctico y que se ha dejado espesar. Para nuestras preparaciones debemos utilizar yogur natural y, siempre que sea posible, entero, no desnatado.