CON DUMMIES ES MÁS FÁCIL

Postres y dulces

para dummies®



Descubre propuestas sanas y bajas en calorías

Añade nuevos ingredientes y condimentos

Utiliza los utensilios y las técnicas adecuadas para cada plato

Eva Arguiñano

Especialista en repostería



Postres y dulces

para dummies®

Eva Arguiñano

para dummies®

Edición publicada mediante acuerdo con Wiley Publishing, Inc.
...For Dummies, el señor Dummy y los logos de Wiley Publishing, Inc. son marcas registradas utilizadas con licencia exclusiva de Wiley Publishing, Inc.

© Eva Arguiñano, 2012

© Centro Libros PAPF, SLU, 2017
Grupo Planeta
Avda. Diagonal, 662-664
08034 – Barcelona

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.

ISBN: 978-84-329-0404-2
Depósito legal: B. 22.248-2017

Primera edición: noviembre de 2017
Preimpresión: gama sl
Impresión: Black Print

Impreso en España - Printed in Spain
www.dummies.es
www.planetadelibros.com

Todas las recetas por orden alfabético

Albóndigas de manzana 376
Arroz con leche 388
Arroz con leche gratinado 343

Baklava con frutos secos 400
Barritas energéticas y té de menta 424
Batido de chocolate 282
Batido de frutas con germen de trigo 412
Batido de frutas con polen de abeja 283
Batido de plátano y frambuesa 284
Batido de vainilla 285
Batido de verano 286
Batido tropical 287
Bavaroise de plátano con salsa de chocolate 344
Bizcochito de verano 225
Bizcochito relleno de frutas salteadas 146
Bizcochitos de chocolate blanco con macedonia 226
Bizcocho 1-2-3 de plátano 227
Bizcocho de dátiles con salsa de menta 401
Bizcocho de chocolate 228
Bizcocho de chocolate y frutos secos 229
Bizcocho de coco y pera 230
Bizcocho de nata relleno de cerezas 231
Bizcocho de nueces, pasas y miel 232
Bizcocho de zanahoria 233
Bizcocho integral 234
Bizcocho ligero con fruta y sopa de chocolate blanco 235
Bocaditos de frambuesa y queso 147
Bocaditos de fruta 73
Bollos de leche 236
Bombones de fresón con jugo de mango y fruta de la pasión 377
Brazo de gitano 148
Brick de piña con salsa de azafrán 378
Brocheta de fresas chocolateadas con natillas 413
Brochetas de frutas 74
Brochetas de sandía, kiwi y fresas con polenta 75

Brownie de chocolate 237
Buñuelos de pasas 149
Buñuelos de plátano 150

Cake de plátano y frutas rojas 238
Canutillos de la abundancia 239
Casadielles con plátano 379
Cerezas al horno 76
Cheesecake de chocolate 151
Chocolate envuelto en crema 345
Churros con chocolate 425
Cítricos en dulce de leche ligero 77
Compota 389
Compota con crujiente de pan y avena 426
Compota de uva con crujientes de boniato 402
Copa de fresas con crema 288
Copa de frutas con crema de avena 289
Copa de mango 290
Copa de melocotón 291
Copa de plátano y piña 292
Copa de pomelo 293
Copa de tiramisú 297
Copa de yogur con higos 294
Copa fría de cítricos 295
Copas de frambuesa y chocolate blanco 98
Coulant 240
Crema catalana con sorpresa 346
Crema de avellanas y cacao 347
Crema de chocolate con naranja 348
Crema de galletas y plátano 349
Crema de leche y yemas con fresitas y pimienta 350
Crema de mandarina 351
Crepes rellenos de manzana 415
Cruasanes con horchata merengada 427
Cuajada 390

Delicias de dátil con turrón y chocolate 403

Ensalada dulce de higos 78

Figuritas de mazapán 380
Flan de café 352
Flan de manzana y coco 353
Flan de naranja 354
Flan de zanahoria y calabaza 355
Flan exprés 391

Fresas al vinagre de Módena 416
Fruta aromatizada con crema de queso 79
Frutas de temporada gratinadas 381
Frutas gratinadas con leche condensada 82
Frutas gratinadas I 80
Frutas gratinadas II 81

Galletas con frutos secos caramelizados 197
Galletas de avena y leche morada 428
Galletas de avena y uvas pasas 198
Galletas de chocolate con crema de vainilla 200
Galletas de mantequilla y miel 199
Galletas Eva María 201
Galletas integrales 202
Galletitas saladas 203
Gazpacho de fresas 356
Gelatina a la plancha 417
Golosina blanca 152
Granizado de frutas 302
Granizado de maracuyá y vodka 299
Granizado de mojito 300
Granizado de verano 301
Gratinado de melocotón y lichis 404

Helado de leche merengada 303
Helado de queso 304
Helado de yogur 305
Herradura de melocotón 83
Hojaldre con *mousse* de chocolate blanco y piña 154
Hojaldre crujiente con frutas al papillote 418
Hojaldre tres frutas 153
Hojaldres de fresa y kiwi con crema 155
Horchata cuajada con tejas de frutos secos 306

Isla flotante 307

Kakigori 308

Leche de almendras 357
Lenguas de gato 204
Limones rellenos 84
Lionesas 156

Macedonia con galleta crujiente 85
Macedonia en gelatina 86
Magdalenas con chocolate 243

Magdalenas de aceite de oliva 244
Magdalenas de arándanos 245
Magdalenas de castañas 242
Magdalenas de miel 246
Manzanas asadas 87
Manzanas asadas con *biscuit* de regaliz 88
Manzanas rellenas asadas 419
Marinado de frutas con licor 89
Melocotones borrachos 90
Melocotones melba 91
Melocotones rellenos 92
Melón al cava 93
Melón al jengibre 94
Melón caliente con salsa de naranja 95
Menestra de frutas tropicales con coco 405
Migas dulces 96
Milhojas de chocolate con crema de *mascarpone* 157
Milhojas de piña con mango 158
Montadito de pera y *mascarpone* 97
Montadito perfecto 98
Mousse de chocolate blanco y negro 382
Mousse de chocolate con crema de naranja 358
Mousse de chocolate con pomelo 406
Mousse de frutas del bosque 359
Mousse de turrón 360
Mousse de yogur y mango 361
Muffins con batido de aguacate 429

Naranjas confitadas con chocolate 99
Natillas 392
Natillas de soja y avena 362
Natillas frías con teja de avellanas y cítricos 363

Orejones rellenos con puré de manzana 100

Palmeras 247
Pan de higos 248
Pan de plátano y nueces 249
Pan de roquefort y nueces 250
Pan dulce de calabaza y avena 251
Pan multicereales 252
Panchineta 159
Panchinetas de frutas 160
Pastas moscabadas con té frío 253
Pastel blanco con frutas 161
Pastel vasco 162

Pastelitos de arroz con leche 430
Peras al jengibre con crema de café 101
Peras al vino tinto con natillas y nueces 102
Peras con costrón 103
Peras rellenas al chocolate 383
Peras rellenas al oporto 104
Peras salteadas con salsa de cardamomo 105
Piña caliente 106
Piña colada 309
Piña gratinada 107
Pizzetas de frutas 163
Plátano con velo de piña 407
Plátanos flambeados con salsa de cítricos 108
Plátanos gratinados 109
Polos de frutas 431
Polos de sandía, melocotón y cereza 110
Polvorones 393
Postre de manzana con crujiente 111
Profiteroles rellenos de crema de café 164
Pudin cremoso de naranja y pomelo con bizcocho 364
Pudin de frutas 365
Pudin de mandarinas 366
Pudin de manzana 367
Pudin de queso y nueces 368

Quesada reina con plátano 165

Relámpagos con crema de plátano asado 166
Rollitos de sandía 112
Rollitos de sidrería 408
Rosquillas de anís 394

Semifrío de turrón 167
Sopa de chocolate negro con melón 369
Sopa de frutas 113
Sopa de melón 370
Sopa de piña con granizado de menta 371
Sopa de sandía con bolitas de coco 372
Sorbete de limón al cava 310
Sorbete de limón con manzana a la sidra 311
Suflé de cerezas 169
Suflé de chocolate relleno de frambuesas 168
Strudel de manzana 432

Tarta de almendra al café 170
Tarta de ciruela con crema de uvas pasas 171

Tarta de cuscús y arándano 409
Tarta de fresa y nueces 172
Tarta de limón y maracuyá 173
Tarta de manzana 174
Tarta de mirabel 175
Tarta de queso con frutos rojos 176
Tarta de requesón y miel 177
Tarta de zanahorias 178
Tarta fácil de frutas 179
Tarta fácil de manzana 180
Tarta fácil de piña 181
Tarta fácil de queso 395
Tarta fría de yogur y granada 182
Tarta Sacher 183
Tarta *tutifruti* 184
Tartaleta de higos frescos 421
Tartaletas con frutas 433
Tartaletas de fresas con nata 185
Tatín de piña 186
Tiramisú con leche condensada 384
Tocinillo de naranja 187
Torrijas 396
Torrijas de chocolate con nata aromatizada al romero 188
Torta de san Blas 397
Tostadas de leche condensada y frutos secos 189
Trenza de manzana y frambuesas 190
Trufas de chocolate 385

Sumario

Introducción 1

¿Cómo está organizado este libro? 2
Parte I: Calentando motores 3
Parte II: El sabroso mundo de las frutas 3
Parte III: Tartas y pasteles 4
Parte IV: Galletas, magdalenas y bizcochos para todos 5
Parte V: Cremas heladas, sorbetes y batidos 5
Parte VI: Cremas, flanes y *mousses* para chuparse los dedos 6
Parte VII: Los decálogos 6
Iconos utilizados en este libro 6
¿Por dónde comenzar? 7

Parte I: Calentando motores 9

Capítulo 1: Postres y dulces al alcance de todos 11

Por encima de todo, organización 12
A cada palabra, un sabor 13
Almíbar 13
Amasar 14
Aromatizar 14
Azúcar glas 14
Bañar 14
Caramelizar 14
Cuajar 14
Cuajo 15
Descorazonar 15
Ensartar 15
Espolvorear 15
Flores comestibles 15
Granadina 16
Gratinar 16
Homogeneizar/Uniformizar 16
Macerar 16
Papel parafinado 16
Punto pomada 16
Reducir 17

Tamizar ... 17
Temperaturas del horno ... 17
¿Qué tengo que comprarme? ... 17
Tus aliados en la cocina ... 18
Ingredientes que no pueden faltar ... 21

Capítulo 2: Trucos y secretos para empezar ... 23

Todo empieza por la higiene ... 23
Técnicas de hoy y de siempre ... 24
Untar un molde con aceite o mantequilla ... 24
Tamizar la harina ... 25
Montar la nata ... 26
Separar la clara de la yema ... 26
Vamos a decorar un poco ... 27
Hacer caramelo ... 27
Fundir chocolate ... 28
Espolvorear con azúcar glas, cacao o canela ... 28
Vamos a jugar con frutos y frutas ... 28
Hidratar frutas pasas ... 29
Cortar corteza y rallar la cáscara de los cítricos ... 29
Sacar gajos en vivo de un cítrico ... 29
Extraer bolitas de fruta ... 30
Picar menta ... 30
Desmoldar un bizcocho y una tarta ... 30

Capítulo 3: Un postre para cada estación ... 33

El peso de la tradició ... 33
Postres fríos, postres calientes ... 34
Cada temporada, su producto ... 34
Guía para no perderte lo mejor de cada época ... 35
Más allá de la manta y el tazón de chocolate ... 35
Las flores florecen... ... 36
Cuando calienta el Sol ... 37
Las hojas caen ... 38
La fruta también es de temporada ... 39

Parte II: El sabroso mundo de las frutas ... 41

Capítulo 4: Vamos a la frutería ... 43

A la rica fruta ... 43
Del árbol a tu casa ... 44
... pasando por la tienda ... 45
No todas las frutas son iguales ... 46
Cítricos ... 46

Uva ... 46
Plátano ... 46
Manzana y pera ... 46
Melón ... 47
Piña ... 47
Melocotón y albaricoque ... 47
Ciruela ... 47
Fresas ... 47
Frambuesas, moras y bayas ... 48
El calendario de las frutas ... 49
En qué te beneficia la fruta de temporada ... 49
Sabores lejanos que ya no lo son tanto ... 51
Formas y sabores para todos los gustos ... 52
Lo exótico también tiene sus fechas ... 53

Capítulo 5: Todo lo que puedes hacer con una fruta ... 55

Conservar tiene su intríngulis ... 55
Cada fruta tiene su lugar ... 56
Cuanto más fresca, sabe mejor ... 58
Para que duren y duren ... 59
Por qué se altera la fruta ... 60
Al bote y en conserva ... 60
Cuando la fruta se convierte en otra cosa ... 61
Procesos de conservación ... 62
Utensilios que hay que tener a mano ... 63
Lo que se le puede hacer a una ... 66
El pelado de la fruta ... 67
Llega la hora de cortar ... 69

Capítulo 6: Postres para amar la fruta ... 71

Personaliza sin miedo tus creaciones ... 72
Recetas para todos los gustos ... 72

Parte III: Tartas y pasteles ... 115

Capítulo 7: La tentación más dulce ... 117

Una tarta no es un pastel, ¿o sí? ... 117
Dos mundos diferentes ... 118
Con las manos en la masa (de la tarta) ... 118
Anatomía de un pastel ... 119
El postre está en el horno ... 120
Horno hay más de uno ... 120
Llega el momento de la cocción ... 121
Los mejores trucos para tu horno ... 122

La belleza no sólo está en el interior ... 123
Moldes de metal ... 124
Moldes flexibles ... 125
¿Y los moldes para tarta? ... 125
También hay moldes para pasteles ... 126
Equivocarse es humano ... 127
Trucos fáciles para reposteros avispados ... 128
Qué hacer con las frutas ... 128
Peculiaridades de las masas ... 128
Otros ingredientes ... 129

Capítulo 8: Caseros, pero con un toque profesional ... 131

El secreto está en el relleno ... 131
Bañar o embeber pasteles y tartas ... 132
Que quede delicioso... y bonito ... 133
Con la manga pastelera hemos topado ... 135
El chocolate más decorativo ... 136
Fundido ... 136
Templado ... 136
Modelado ... 137
Tartas y pasteles para los más pequeños ... 138
Sabores que más gustan a los niños ... 138
Los niños deben comer de todo y bien ... 139
Ojo, alimentos "peligrosos" ... 140

Capítulo 9: Las mejores tartas y pasteles ... 143

No te olvides de nada ... 143
Llega el momento de las recetas ... 145

Parte IV: Galletas, magdalenas y bizcochos para todos .. 191

Capítulo 10: Suculentas galletas caseras ... 193

Una buena mezcla lo marca todo ... 194
El secreto de un buen horneado ... 196
Galletas para todos los gustos ... 196

Capítulo 11: A la rica magdalena y el delicioso bizcocho ... 205

En el interior de una magdalena ... 205
¿Cuestión de idioma o de contenido? ... 207
Técnicas diferentes, resultados igualmente sabrosos ... 208
Bizcochos, el perejil de la repostería ... 209
El secreto está en la levadura ... 210
Gánale la batalla al horno ... 211

La cocción del bizcocho y de las magdalenas 212
¡Esto no es lo que esperaba! 213
Reglas básicas para la cocción de masas esponjosas 214

Capítulo 12: Presentaciones de profesional 215

Un buen molde hace milagros 216
Rigidez o flexibilidad 216
Hacia el molde perfecto 217
Cosas que necesitas 219
El gran momento, la presentación 220
Reglas para una imagen apetitosa 221
Tamizando que es gerundio 222
Muffins y *cupcakes*, ¡échales imaginación! 223
La hora de las recetas 224

Parte V: Cremas heladas, sorbetes y batidos 255

Capítulo 13: Bienvenido al mundo helado 257

Hay helados y helados 257
La botica del helado artesano 259
Helados grasos y no grasos 260
En la variedad está el gusto 261
Las cremas heladas al descubierto 261
El sorbete perfecto 261
Batidos, la opción más refrescante 262
Tu nueva amiga, la heladera 262
La heladera eléctrica 262
La heladera manual 262
Todo lo que se le puede poner a un helado 264
Leche de cualquier tipo 264
Huevos frescos 265
Que no falte la fruta 265
Azúcar sí, pero sin pasarse 266

Capítulo 14: Cómo ser un heladero creativo 267

Campaña de desprestigio contra los helados 267
¡Una textura buenísima! 268
Se puede mejorar la textura 269
Secretos de un gran heladero 270
Presentación perfecta y cobertura deliciosa 271
Lo decorativo también se come 271
Copa de helado con toque profesional 272
Sorbetes y batidos de foto 274
La conservación idónea 275

Controla la temperatura 275
Saca el termómetro 276
Alarga la vida de tu helado 277

Capítulo 15: ¡Al rico helado! 279

Para lo bueno ninguna fecha es mala 279
Lo frío no impide lo calórico 280
Las estrellas del mundo helado 281

Parte VI: Cremas, flanes y mousses para chuparse los dedos 313

Capítulo 16: Una gran familia de cremas 315

Mucho más que un relleno 315
Un universo de cremas 316
Crema pastelera, la más conocida 316
Natillas o crema inglesa, la más infantil 317
Crema catalana, la más dulce 317
Flan, el postre más popular 318
Mousse, exquisitez garantizada 319
La crème de la crème 320
Las cremas y sus alternativas 320
Cremas y variaciones 321
Cómo preparar la crema perfecta 322

Capítulo 17: El flan y la *mousse*, una historia de amor 325

Tres caminos y un solo flan 325
Imaginación al flan 327
Trucos indispensables para flanes perfectos 329
Las *mousses*, pura esponjosidad 331
Análisis de una *mousse* 331
Un mundo de *mousses* 332
Nunca olvides 332

Capítulo 18: Postres deliciosos sin esfuerzo 335

Tus aliados en la decoración 336
La mejor carta de presentación 337
Las cremas, elegancia y sencillez 337
Los flanes más divertidos 338
Las *mousses* más atractivas 339
Otros postres no menos buenos 340
Biscuit, acento francés 340
Biscuit helado 341

Con pe o con be, buenísimo 341
Sopas dulces y fresquitas 341
La hora de las recetas 342

Parte VII: Los decálogos 373

Capítulo 19: Diez recetas para días de fiesta 375

Capítulo 20: Diez clásicos de la gastronomía española 387

Capítulo 21: Diez propuestas exóticas 399

Capítulo 22: Diez recetas ligeramente ligeras 411

Capítulo 23: Diez recetas para desayunos y meriendas 423

Índice 435

Capítulo 1

Postres y dulces al alcance de todos

En este capítulo

- Vas a perderle el miedo a la repostería
- Un pequeño vocabulario repostero
- Los utensilios e ingredientes con los que vas a crear postres exquisitos

La repostería es para muchos una práctica culinaria que requiere grandes conocimientos. Pues bien, no les hagas caso, porque aunque no falta a la verdad, tampoco esa máxima es cierta al cien por cien. Una cosa está clara y es que todo el mundo sabe cocinar mejor o peor un plato con el que matar el hambre. Y también lo es que no ocurre lo mismo con los postres, que tienen merecida fama de ser más sofisticados y, por eso mismo, al alcance de unas pocas manos privilegiadas. Si a ello añadimos que por lo general requieren tiempo y que ése es un bien cada vez más escaso en nuestra sociedad, la verdad es que es para desanimarse un poco.

Pero para eso tienes este libro entre las manos: para descubrir que tienes a tu alcance un inacabable abanico de recetas a cuál mejor que podrás llevar a cabo de la forma más fácil. Porque sí, es verdad, no voy a engañarte: algunas creaciones reposteras requieren mucha pericia y arte. Pero otras –la mayoría– son muy sencillas. Basta con que tengas ganas de ponerte a ello. Si es así, ¡sigue leyendo!

Por encima de todo, organización



Puede que parezca una perogrullada, pero la organización es básica para que tus postres salgan deliciosos y para que tú no te agobies al hacerlos. Los postres en muchas ocasiones requieren diferentes trabajos: pelar y cortar la fruta por una parte, fundir el chocolate por otra... Y eso puede crear cierto nivel de estrés, sobre todo si esa parte de tu casa que es la cocina es de las que habitualmente menos frecuentas.

Por eso es tan importante la organización, porque te ayudará a liberarte de esa carga de estrés que lo único que hará es perjudicar el sabor y apariencia de algo que tiene que estar para chuparse los dedos. Si tienes todo bien ordenado y sabes lo que vas a necesitar en cada momento, te enfrentarás a tu postre con una actitud tranquila y segura.

Además, debes tener en cuenta que esta organización también te ayudará a seguir las medidas higiénicas necesarias para garantizar que los postres, además de buenos, no sean un atentado a tu salud y a la de tus comensales. ¡Cualquiera acepta luego una invitación de tu parte!

Por último, y por si todavía no estás convencido, cuando acabes de realizar tu creación si has sido organizado no te encontrarás el desolador paisaje de cacharros, ollas y utensilios por todas partes que suele acarrear cualquier buena acción culinaria. Al contrario, habrás ido recogiendo todo en su momento y tendrás la sensación de haber sacado el máximo provecho a tu tiempo. Por tanto, aprovecha los ratos de espera, por ejemplo mientras la masa está en el horno, para ir recogiendo lo que ya no vayas a emplear.

¿Estás ya del todo convencido? ¿Eres un acérrimo defensor de la organización? Pues aún lo vas a tener más fácil, sigue los siguientes pasos y descubrirás que es mucho más sencillo de lo que imaginabas.



✔ Antes de entrar en materia:

- Repasa los ingredientes y los utensilios necesarios para elaborar la receta.
- Limpia y sécate las manos.
- Colócate el delantal y no olvides tener a mano un trapo de cocina.
- Lee bien las indicaciones de elaboración.

✔ Durante la elaboración:

- Limpia bien la fruta.
- Recoge a medida que vas manchando.

- Si utilizas cualquier tipo de batidora eléctrica, no olvides desenchufarla antes de limpiarla.
- Calienta el horno antes de introducir cualquier alimento.
- Antes de desmoldar los bizcochos es conveniente que los dejes templar.

✔ Y al final de todo:

- Visto el resultado, sólo te queda disfrutar del postre.
- Ponte las pilas y prepárate para hacer el siguiente.
- Sé crítico sin machacarte. Intenta saber qué podrías mejorar, pero reconoce también lo que has hecho bien.



Si vas a emplear electrodomésticos, lee con atención las instrucciones para que funcionen correctamente y, además, averigua cómo debes limpiar esos aparatejos.

A cada palabra, un sabor

Aunque no hayas preparado un postre en tu vida, seguro que los términos básicos relacionados con la repostería como mínimo te suenan. Otra cosa es que tengas una idea precisa de lo que son, a diferencia de lo que pasa con los propios de la cocina. Así, todo el mundo sabe a qué nos referimos cuando decimos *a la plancha* o *un guiso*. En cambio, las palabras más usadas en el mundo de la repostería a veces producen ciertas dudas. Es lógico que sea así, por lo que no debes asustarte si de buenas a primeras has de enfrentarte al rico vocabulario repostero.

Para que vayas familiarizándote con estas palabras, aquí tienes un pequeño glosario que te ayudará a orientarte en el mundo de la repostería. Tómatelo como un diccionario básico para el viaje que estás a punto de emprender al mundo de la repostería. Y, por supuesto, no hace falta que lo memorices. Simplemente, en caso de duda cuando estés en otro capítulo, vuelve hasta estas páginas y busca en ellas la palabra o palabras que necesitas.



Almíbar

El almíbar es una disolución de agua y azúcar, cocida hasta que comienza a espesarse. La consistencia va desde un líquido apenas viscoso a un caramelo duro y quebradizo.

Amasar

Es una técnica que consiste en trabajar una masa con las manos. Se trata de una masa en la que domina siempre la harina y a la que se le añade algún que otro ingrediente, según la receta. Tras el proceso de amasado debes haber conseguido que todos los ingredientes se hayan ligado de un modo homogéneo y formen una masa fina. Ya te lo apunto, es el secreto de los pasteles y las tartas. (Si no puedes esperar más y quieres conocerlo todo sobre estos postres, pasa al capítulo 7.)

Aromatizar

Como su mismo nombre sugiere, se trata de dar aroma a algo incorporando una sustancia aromática, como vainilla o hierbas aromáticas.

Azúcar glas

El azúcar glas, o azúcar glasé, es el azúcar pulverizado o molido a tamaño de polvo, que se utiliza en repostería para adornar o cubrir un postre (en casa se puede hacer con ayuda de un molinillo de café).

Bañar

Como puedes imaginarte, se trata de sumergir un producto en un líquido o cubrir algo con una capa de otra sustancia.

Caramelizar

Bañar con caramelo una preparación o el fondo de un molde. También se utiliza como sinónimo de tomar color.

Cuajar

Gracias a este proceso puedes unir y trabar las partes de un líquido para convertirlo en sólido. Algo que te servirá para hacer exquisitas cuajadas (encontrarás la receta en el capítulo 20), y no sólo eso.

Cuajo

Hay diferentes tipos de cuajos, cuya función lógica no es otra que la de cuajar:

- ✔ El animal, que es parte del estómago del cordero.
- ✔ El vegetal, que son flores de cardo.

Ambos son capaces de coagular la leche, aunque hoy día lo más habitual es utilizar cuajo líquido. Se compra en farmacias.

Descorazonar

Retirar el corazón. En repostería el término es muy utilizado con las frutas. (Si quieres saber más sobre el papel de la fruta a la hora de hacer postres, puedes leer los capítulos 4, 5 y 6.)

Ensartar

Atravesar un alimento con un objeto puntiagudo como un palillo o palito de brocheta. Es un proceso muy divertido y en el que puede participar buena parte de la familia. Si vas al capítulo 6, allí encontrarás alguna receta de brocheta de frutas. ¡En cuanto lo comentes, todos querrán probarla de inmediato!

Espolvorear

El truco aquí está en cubrir un postre con una fina capa de un producto en polvo, ya sea azúcar glas o cacao. Un ejemplo es la famosa tarta de Santiago. Para saber más sobre esta técnica, puedes echarle un vistazo a los capítulos 2 y 12.

Flores comestibles

Se utilizan como elemento decorativo, sobre todo en tartas y pasteles. Se pueden conseguir en tiendas especializadas y en algunos supermercados.

Granadina

La granadina es un jarabe de color rojo que se elabora con azúcar, granadas y no contiene alcohol. Se puede conseguir en muchos supermercados.

Gratinar

Dorar en un horno determinados alimentos o preparaciones, no necesariamente de repostería. Para esto es necesario que cuentes con un buen horno (sobre ellos encontrarás más información en el capítulo 7), pues un microondas no es suficiente.

Homogeneizar/Uniformizar

Mezclar ingredientes hasta conseguir una masa uniforme. Se puede hacer amasando, pero también siguiendo otras técnicas, como el batido. De lo que se trata siempre es que la mezcla sea homogénea, que no queden esos incómodos grumos de algo que no se ha integrado bien en el todo. El secreto aquí no es otro que el trabajo: amasar y amasar, batir y batir. El premio: que luego todo te sabrá a gloria.

Macerar

Mantener una sustancia sólida sumergida en una sustancia líquida, bien para ablandarla o para aromatizarla y que resulte así más sabrosa. El líquido puede ser de lo más variado, dependiendo siempre de lo que quieras hacer luego: vinos, licores, jarabes, preparados con especias y hierbas aromáticas, entre otros.

Papel parafinado

Un producto imprescindible en el sector alimentario. Se utiliza para cubrir la placa del horno y evitar que se peguen los alimentos a ella.

Punto pomada

Es el punto que se obtiene al trabajar la mantequilla hasta conseguir una densidad parecida a una pomada.

Reducir

Es la acción de concentrar o espesar un jugo, puré o salsa mediante cocción prolongada.

Tamizar

Ya verás que ésta es una acción muy frecuente en repostería, sobre todo si lo que quieres es hacerte un experto pastelero. Se trata de filtrar una mezcla para que caigan al plato sólo las partes más finas; se puede tamizar harina, pan rallado o cualquier sustancia en polvo. En el capítulo 2 me extiendo un poco más sobre este tema. Y si ya lo conoces y lo que quieres es saber más cosas sobre tartas y pasteles, entonces pasa al capítulo 7.

Temperaturas del horno

El horno es un instrumento sin el cual la repostería no sería lo que es. Habría postres, por supuesto, de frutas y así, pero no aquellos un poco más elaborados como pasteles o galletas, sin los cuales la vida sería realmente triste. En el capítulo 7 trataremos el asunto a fondo, pero aquí ya te indico una primera escala de temperaturas para que te vayan sonando:

- ✔ Flojo o suave: 100-150 °C.
- ✔ Moderado: 150-200 °C.
- ✔ Fuerte: 200-250 °C.
- ✔ Muy fuerte: 225-275 °C.

Ya sabes, ve familiarizándote con estas palabras porque te las encontrarás muy a menudo en las siguientes páginas cuando pase a explicarte recetas concretas. Y ante cualquier cosa, ¡no dudes en consultarlas de nuevo!

¿Qué tengo que comprarme?

Cuando una persona empieza una actividad con la que no había lidiado antes, un error muy típico es el de pensar que si tiene todos los utensilios necesarios todo será más fácil. Pero, como dice el refranero, el hábito no hace al monje.



Aunque es verdad que hay utensilios que son indispensables, también existen otros que requieren un mayor dominio del arte culinario y que podrás ir adquiriendo a medida que tu técnica mejore. Si lo haces al principio, acabarás gastándote mucho dinero e incluso puedes llegar a frustrarte porque no acabes de dominarlos. Por ello, antes de lanzarte a la tienda ten en cuenta los siguientes consejos:



- ✔ Escoge los primeros platos que quieras llevar a cabo y haz una lista de lo que necesitas para ello.
- ✔ Mira qué es lo que tienes, en qué condiciones está y qué es lo que realmente necesitarás.
- ✔ No compres demasiados electrodomésticos, que te ocuparán mucho espacio en la cocina y además supondrán un gasto respetable. Intenta tirar con lo que tienes y adquirir sólo aquellos artilugios imprescindibles.
- ✔ Si, finalmente, compras algún electrodoméstico, haz todo tipo de preguntas en la tienda para garantizar que es el que necesitas y que su manejo es fácil.
- ✔ Antes de emplear un utensilio que no has utilizado nunca, haz pruebas. Y emplea para ello otros ingredientes diferentes, porque los de repostería suelen ser siempre más caros y no es cuestión de tirarlos.



Piensa que el gran secreto de la cocina, y no sólo de la repostería, es ir paso a paso, poco a poco, asimilando todo lo que tienes que asimilar sin prisas. Y ello tanto a la hora de mezclar los ingredientes y cocinarlos como en lo que se refiere a los preparativos. Si lo haces así, las probabilidades de éxito se multiplican seguro.

Tus aliados en la cocina

"Bueno, vale, así lo haré. Pero ¡todavía no me has dicho qué tengo que comprar!" Sí, tienes toda la razón, pero es que no te lo voy a decir, aunque sólo sea porque no sé qué tienes y qué dejas de tener en tu cocina. Lo que sí haré es decirte cuáles son los utensilios más usados en el mundo de los postres.

No te asustes, porque la lista es larga, pero muchas de las cosas que aparecen en ella son de lo más habitual y lo más seguro es que también las tengas; y otras tampoco son tan caras o podrás ir adquiriéndolas a medida que las necesites. En los siguientes capítulos de este libro, cuando trate postres que necesitan una u otra herramienta en concreto, te ampliaré la información para que escojas lo que realmente se adecúa más a tus necesidades:

- ✔ **Batidoras.** Básicamente hay dos tipos de batidoras:
  - La de brazo, que se usa para batir diferentes ingredientes o triturarlos.
  - La de varillas, cuya finalidad reside en incorporar aire a diferentes preparados, como para montar claras o yemas.
- ✔ **Boquillas.** Es un accesorio que se coloca en el extremo inferior de la manga pastelera. Las hay con diferentes dibujos que imprimen distintas formas a la masa. De ellas te hablaré en el capítulo 8 cuando tratemos el tema de la manga pastelera.
- ✔ **Brocha.** Es un pincel que se utiliza para dar brillo a masas.
- ✔ **Cápsulas para magdalenas.** Moldes de papel especiales para hacer magdalenas, una maravilla de siempre de la que trataré en el capítulo 11.
- ✔ **Cazos y cazuelas.** Recipientes para calentar o cocinar diferentes productos.
- ✔ **Colador.** Instrumento de cocina adecuado para colar líquidos o cremas. También se utiliza para tamizar y espolvorear alimentos en polvo.
- ✔ **Cortapastas.** Son moldes abiertos por los dos extremos y sirven para cortar masas. Los hay de las formas más diversas, corazones, cuadrados, redondos...
- ✔ **Cucharas de madera.** Imprescindibles para trabajar en sartenes y cazuelas antiadherentes y evitar que se rayen.
- ✔ **Cuchillos.** Aunque ya sabes lo que son, te los defino para que conste todo: son utensilios que sirven para cortar, y para lo que a nosotros nos interesa pueden ser de dos tipos:
  - De puntilla, un cuchillo pequeño que sirve para pelar, picar y cortar distintos alimentos.
  - De sierra, muy apropiado para cortar bizcochos, tartas o panes.
- ✔ **Cuencos.** Se utilizan para mezclar o batir ingredientes.
- ✔ **Descorazonador.** Sirve para extraer el corazón de diversas frutas.
- ✔ **Espátula.** Se trata de una herramienta que consiste en una lámina plana de metal con agarradera o mango, similar a un cuchillo con punta roma. Se utiliza para levantar alimentos con mayor facilidad.
- ✔ **Espumadera.** Muy útil para retirar alimentos fritos en sartén y escurrir el exceso de aceite.
- ✔ **Exprimidor.** Utensilio para extraer el zumo de los cítricos.

- ✔ **Flaneras.** Son otro tipo de molde donde se cuajan los flanes, otro clásico de los postres del que te hablaré en el capítulo 16.
- ✔ **Lengua.** Es una herramienta que se emplea para rebañar las cremas, bien de un recipiente, bien de una cazuela. Se llama así por su flexibilidad.
- ✔ **Manga pastelera.** Es un utensilio parecido a una bolsa y se utiliza para rellenar o adornar pasteles. Sobre ella me extenderé en el capítulo 8.
- ✔ **Moldes.** Son diferentes tipos de recipientes (rectangulares, redondos, de fondo desmontable, entre otros), dentro de los cuales se introduce una masa para su posterior cocción en el horno o enfriamiento en el frigorífico. Pueden ser metálicos o de cristal. En el capítulo 7 te hablaré de los moldes para tartas y pasteles, y en el capítulo 12 de los más idóneos para galletas, magdalenas y bizcochos.
- ✔ **Papel de aluminio.** Se utiliza para conservar y tapar alimentos.
- ✔ **Papel de cocina.** Siempre es conveniente tener un rollo de papel absorbente. Muy apropiado para secar diferentes alimentos.
- ✔ **Papel film.** Muy apropiado para tapar alimentos, sobre todo cuando se conservan en el frigorífico. De esta manera los alimentos no se impregnarán de olores extraños.
- ✔ **Placa de horno.** Es un accesorio del horno. Es parecida a una bandeja y sobre ella se colocan los alimentos para su cocción.
- ✔ **Rallador.** Se utiliza para rallar diferentes alimentos, como el chocolate.
- ✔ **Rejilla.** Es un accesorio del horno. Es parecida a una parrilla de asado.
- ✔ **Rodillo.** Es un utensilio que sirve para estirar masas. Los hay de madera, plástico o de acero inoxidable.
- ✔ **Sartenes antiadherentes.** Sirven para freír o cocinar diferentes preparaciones.
- ✔ **Tijeras.** Sirven para cortar y es conveniente que estén bien afiladas.
- ✔ **Varilla.** Utensilio utilizado para mezclar, batir o montar diferentes ingredientes.
- ✔ **Vaso mezclador y medidor.** Recipiente utilizado para batir y triturar ingredientes. También se utiliza para medir ingredientes líquidos y algunos sólidos (azúcar y harina, principalmente).



Figura 1-1: Utensilios de cocina habituales.

Ingredientes que no pueden faltar

Hasta aquí te he presentado las palabras y los instrumentos que debes tener en cuenta si quieres introducirte en esto de la repostería. Pero seguro que echas en falta algo no menos importante. O más aún, absolutamente básico, porque sin ello es que no hay postre que valga. Me refiero, por supuesto, a los ingredientes.

El repertorio aquí es inmenso e irás comprobándolo tú mismo a medida que vayas leyendo (y espero que elaborándolas) las distintas recetas que encontrarás a lo largo del libro. Pero aun así hay algunos ingredientes básicos y recurrentes, que son los que quiero presentarte aquí. Tanto es así que en tu cocina nunca deberán faltar:



- ✔ **Harina.** Por lo general es indispensable en cualquier masa. Puedes utilizarla blanca o integral, así como de maíz para algunas recetas. También puedes encontrar una harina especial de repostería, más fina y más suelta.

- ✔ **Mantequilla.** Se obtiene mediante el batido y amasado de la nata de la leche. Se utiliza en las masas y cremas, y como decoración.
- ✔ **Huevos.** Se utilizan en la gran mayoría de las masas, cremas, pasteles y elaboraciones de repostería en general.
- ✔ **Azúcar.** Es indispensable en cualquier dulce. Al disolverlo en agua y calentar se obtiene el almíbar y el caramelo. Puedes utilizarlo blanco o moreno.
- ✔ **Leche.** Es indispensable para elaborar cremas, natillas, flanes, así como sus derivados: yogures, quesos y cuajadas.
- ✔ **Crema de leche o nata.** Se utiliza líquida para elaborar helados y batida, como decoración o relleno.
- ✔ **Levadura.** Existen dos tipos, la fresca y la seca. Se utiliza para dar más volumen y esponjosidad a panes y bizcochos.
- ✔ **Aromas.** Muchos postres y dulces se caracterizan por el aroma que desprenden. Son determinadas especias las que consiguen darles ese toque de olor y un sabor especial. Canela, vainilla, café, chocolate, miel, limón o naranja, coco, nuez moscada, anís o clavo son sólo algunos ejemplos. La elección de una en lugar de otra variará el resultado final de una receta.

Hagas el postre que hagas, es muy probable que utilices alguno de estos ingredientes, por lo que te recomiendo que los tengas a mano siempre. Así, si un día te da un arrebato y te apetece preparar un postre, sabrás que tienes lo básico para hacerlo.