

[COCINA]

Postres para lucirse en la cena de Año Nuevo

El postre ocupa un lugar especial y simbólico cuando se trata de despedir el año viejo y dar la bienvenida al nuevo. Acá cinco opciones para todos los gustos.

FLAN DE CHOCOLATE
POR NICOLE PALOMINOS DE PACCARI.

- Ingredientes**
- | | |
|------------------------------|---|
| -1 litro de leche vegetal | dura |
| -¼ taza de polvo de cacao | -Chocolate 70% cacao para hacer decoraciones y huevitos |
| -¼ taza de azúcar o a gusto | -Avellanas bañadas en chocolate con crema de coco |
| -2 cditas. de agar | |
| -Piel de naranja o su ralla- | |

Poner la leche vegetal, polvo de cacao, azúcar, piel de naranja y agar en forma de lluvia en una olla. Pasar al fuego sin dejar de revolver, con ayuda de un batidor manual, hasta que hierva por al menos 1 minuto. Retirar del fuego y disponer sobre un molde de silicona con forma de rosca. También puedes utilizar moldes individuales o una budinera. Dejar enfriar a temperatura ambiente, para luego pasar al refrigerador. Refrigerar por al menos 4 horas o hasta que quede firme. Desmoldar sobre un plato y decorar. Para dar la textura de nido se debe poner en un bowl amplio agua con hielo. Aparte, en una manga disponer el chocolate previamente fundido. Hacer un agujero pequeño cortando la punta o utilizando una boquilla lisa pequeña. Incorporar el chocolate al bowl, logrando que caiga en forma de hilos, realizando un movimiento de zigzag. Cuando el chocolate ya esté firme, tomar con las manos y modelar con forma de ramas para lograr recrear un nido de chocolate. Decorar con las avellanas bañadas en chocolate y huevitos de chocolate. Sumar flores comestibles o cualquier otra ramita verde para un toque de color.



SUSPIRO LIMEÑO
POR TOMÁS BAEZA, PROFESOR DE COCINA EN SUPERPROF.CL.

- | | |
|---------------------------------------|--|
| Ingredientes | -1/2 taza de azúcar |
| Para el manjar blanco: | |
| 1 lata de leche condensada | |
| -1 taza de leche evaporada | Para el merengue: |
| -4 yemas de huevo | -4 claras de huevo |
| -1 cucharadita de esencia de vainilla | -1 taza de azúcar |
| -1 ramita de canela | -1/2 taza de vino o licor dulce (como pisco o vino oporto) |
| -2 clavos de olor | -1 cucharadita de esencia de vainilla |

En una olla a fuego medio, mezclar la leche condensada, la leche evaporada, las yemas de huevo, la esencia de vainilla, la canela y los clavos de olor. Cocinar a fuego lento, removiendo constantemente con una cuchara de madera para evitar que se pegue. Cocinar la mezcla hasta que espese por unos 20-30 minutos. Retirar la olla del fuego, quitar la canela y los clavos, y dejar enfriar un poco. Luego, verter el manjar blanco en los recipientes donde se va a servir el suspiro. Para el merengue, batir las claras de huevo a velocidad media. Gradualmente, agregar el azúcar mientras se sigue batiendo. Añadir el vino o licor dulce y la esencia de vainilla. Continuar batiendo por un par de minutos más. Para el montaje, con una cuchara o manga pastelera, colocar el merengue sobre el manjar blanco ya enfriado, cubriendo toda su superficie. Espolvorear canela en polvo sobre el merengue para decorar. Dejar reposar el suspiro limeño en el refrigerador durante al menos 2 horas antes de servir.

HELADO DE LIMÓN AL AGUA
POR CARMEN LABRA, CHEF DEL RESTAURAN EL VINAMARINO.

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| Ingredientes | -1 clara de huevo |
| -200 gr azúcar | -Jugo de 3 limones |
| -¼ litro agua | -2 cucharadas de maicena |

En una olla, poner azúcar, maicena y agua. Revolver con cuchara de madera. Hervir durante 5 minutos siempre revolviendo y retirar del fuego. Enfriar. Agregar el jugo de los limones a la preparación anterior. Batir la clara a nieve. Incorporarlas a la preparación mezclando. Colocar la mezcla en un recipiente y congelar. Una vez congelado, servirlo en bolas en un plato.



PARFAIT DE YOGUR Y FRUTAS FRESCAS
XIMENA RODRÍGUEZ, NUTRICIONISTA Y ACADÉMICA UBO.

- | | |
|---|---|
| Ingredientes | mango, etc.) |
| -2 tazas de yogur griego natural (sin azúcar) | -2 cdas de miel o sirope de agave (opcional, para endulzar) |
| -1 taza de granola sin azúcar o casera | -Hojas de menta al gusto para decorar |
| -2 tazas de frutas frescas (frutillas, arándanos, kiwi, | |

Para preparar las frutas, lavar bien las frutas y cortarlas en trozos pequeños, si es necesario. Si se prefiere un toque dulce, mezclar la miel o el sirope de agave con el yogur griego. Para armar el parfait, en vasos o copas individuales, colocar una capa de yogur en el fondo. Luego, agregar una capa de frutas frescas. Añadir una capa de granola. Repetir las capas hasta llenar el vaso, terminando con una capa de frutas. Para decorar, agrega unas hojas de menta encima para un toque fresco y colorido. Refrigerar por 15 minutos antes de servir para que esté bien fresco.



BLUE CHEESECAKE MAJKA
POR YERKO ATLAGICH DE @MAJKA.BISTRO.

- | | |
|------------------------------------|----------------------------------|
| Ingredientes | -180 gr de queso azul |
| -140 gr de galletas de mantequilla | -220 gr de queso crema |
| -80 gr de mantequilla fundida | -250 gr de azúcar |
| -400 gr de queso mascarpone | -8 huevos |
| | -Arándanos al gusto para decorar |

Para la base se debe triturar las galletas e incorporar la mantequilla hasta formar una pasta. Envolver el molde con papel mantequilla y poner la pasta en el fondo de la base, aplanando con los dedos hasta conseguir una superficie uniforme. Mezclar el resto de los ingredientes en la procesadora hasta conseguir una textura homogénea. Echar el relleno al molde y llevar al horno 160° por 35 minutos. Transcurrido ese tiempo, dejar enfriar dentro del horno por al menos 20 minutos. Luego sacarlo y dejar a temperatura ambiente. Decorar con arándanos al momento de servir.