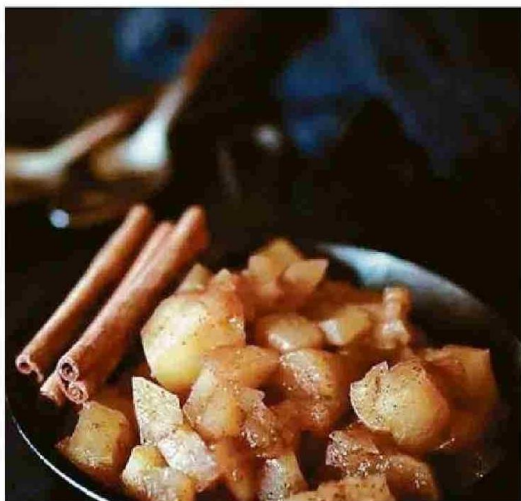


Fecha: 03-07-2025
Medio: El Líder
Supl.: El Líder
Tipo: Noticia general
Título: recetas

Pág.: 12
Cm2: 421,9
VPE: \$ 385.609

Tiraje: 5.200
Lectoría: 15.600
Favorabilidad: ☐ No Definida

COMPOTA TIBIA DE PERAS AL JENGIBRE Y CANELA



INGREDIENTES

- 4 peras maduras
- 1 taza de agua
- ½ taza de jugo de naranja natural
- 2 cucharadas de miel
- 1 trozo pequeño de jengibre
- 1 ramita de canela

PREPARACIÓN

Pela las peras y córtalas en mitades, retirando las semillas. En una olla pequeña, mezcla el agua, jugo de naranja, miel, jengibre rallado y la rama de canela. Lleva a hervor, baja el fuego y agrega las peras. Cocina durante 15 a 20 minutos, hasta que estén blandas pero no deshechas, y los aromas se integren.

Retira las peras con cuidado y reduce un poco el líquido si deseas un almibar más concentrado. Sirve tibia o fría, acompañada con yogur natural, un poco de granola casera o incluso una cucharada de ricotta. Es un postre reconfortante, liviano y con beneficios digestivos gracias al jengibre.

BROWNIE HÚMEDO CON NUECES Y TOQUE DE SAL DE MAR

INGREDIENTES

- 150 g de chocolate amargo
- 100 g de mantequilla
- 1 taza de azúcar rubia
- 2 huevos
- ¾ taza de harina
- ½ taza de nueces picadas
- 1 pizca de sal de mar gruesa

PREPARACIÓN

Derrite el chocolate junto con la mantequilla a baño maría o en intervalos cortos en el microondas. Una vez derretido y levemente tibio, agrega el azúcar y mezcla bien. Incorpora los huevos de a uno, batiendo hasta obtener una mezcla homogénea. Añade la harina tamizada y las nueces picadas. Vierte en



un molde enmantequillado y enharinado. Antes de hornear, espolvorea una pizca de sal de mar gruesa por encima para potenciar el sabor del chocolate. Hornea a 180°C por 25 a 30 minutos. La clave es

que al insertar un palillo salga con migas húmedas, no seco. Enfría antes de cortar y sirve con una bola de helado o un poco de crema batida si quieres hacerlo más indulgente.

BUDÍN DE PAN CON RALLADURA DE NARANJA Y PASAS

INGREDIENTES

- 5 marraquetas añejas
- 3 tazas de leche
- 3 huevos
- ½ taza de azúcar
- 1 cucharadita de vainilla
- Ralladura de una naranja
- ½ taza de pasas (opcional)
- Canela en polvo

PREPARACIÓN

Desmenuza el pan en un bol grande y cúbrelo con la leche tibia. Deja reposar unos minutos hasta que el pan absorba bien el líquido. Agrega los huevos batidos, el azúcar, la esencia de vainilla, la ralladura de naranja y las pasas. Mezcla todo hasta formar una masa homogénea. Si te gusta más suave, puedes licuar la mezcla o dejarla rústica. Vierte en un molde enmantequillado.



Lleva al horno precalentado a 180°C por 45 minutos o hasta que al insertar un palillo, este salga limpio. Deja enfriar un poco antes de desmoldar. Puedes

espolvorear azúcar flor o acompañar con un toque de manjar o salsa de vainilla caliente. Es perfecto para aprovechar pan duro y reconfortar en los días fríos.