



Dulces caseros

Silvia Mayra Gómez Fariñas



Dulces caseros

Silvia Mayra Gómez Fariñas

Liber

Edición: Cecilia N. Valdés Ponciano
Diseño: Enrique Mayol Amador
Composición: Raúl E. Soto Borroto
Corrección: Maritza Vázquez Valdés

Primera edición, 2011
Primera reimpresión, 2013

© Silvia Mayra Gómez Fariñas, 2013
© Ediciones Liber, 2013

ISBN 978-959-09-0482-0

INSTITUTO CUBANO DEL LIBRO
Ediciones Liber
Calzada No. 259 entre J e I, Vedado
La Habana, Cuba
Email: editjosemarti@ceniai.inf.cu

A *Ciro Bianchi Ross.*
A mis hijos Manuel Alejandro,
Eduardo Javier y Ángela María.
A los que no están;
con todo mi amor.

HABLEMOS DE LOS POSTRES

¿Se ha puesto usted a pensar alguna vez en esa maravilla que son los postres cubanos?; en cuánto de arte, paciencia y gracia hay en cada uno de ellos? ¿Qué me dice de los buñuelos, del bocado de reina, de las yemas dobles? Hasta el modesto matahambre requiere de cuidados extraordinarios en su elaboración, sin contar que para prepararlo hay que tener a la mano no menos de trece productos.

En *Paradiso*, Lezama Lima hace decir a doña Augusta, la abuela de Cemí: «Hoy tengo ganas de comer una natilla, no como las que se comen hoy, que parecen de fonda, sino de las que tienen algo de flan, algo de pudín». Cirilo Villaverde, en *Cecilia Valdés*, obra cumbre de la narrativa cubana del siglo XIX, habla de las yemas azucaradas que se degustaban al final de un sarao en una casa de bailes. Y *Juan Criollo* (1928), la novela de Loveira, es todo un muestrario de los dulces cubanos más populares.

La incorporación masiva de la mujer al trabajo y la aceleración del ritmo de vida, restan al cubano de hoy ganas y tiempo para la cocina. Para qué pasar horas delante de un fogón si el dulce puede adquirirse hecho. Los hay excelentes, en conservas y no. Pero por esa vía quedan cada vez más lejanos el boniatillo, el cusubé, la malarrabia, los alfajores, los dulces

de leche..., aquellos postres caseros en los que tanto se esmeraba la abuela.

El origen de la repostería cubana se pierde en el tiempo. Una fecha, sin embargo, debe tenerse en cuenta. En 1528 llega a Cuba un tal Francisco de Soto y lo hace precedido de una Real Cédula en la que Carlos V ordena a las autoridades coloniales que lo favorezcan y ayuden. Se trata de un repostero famoso y de postín que sirvió a la reina Isabel la Católica y al rey Felipe el Hermoso, quienes fueron la abuela y el padre del Emperador, y aunque es de suponer que no vino con la pretensión de hacer dulces, sino de enriquecerse con las mercedes de tierras y las encomiendas de indios, es bueno pensar que puso lo suyo en el fomento de la repostería criolla. De una manera o de otra, el primer postre que se registra en la crónica cubana es el manjar blanco. En 1579 ese platillo, en el que se enmascaró una dosis pertinente de arsénico, causó la muerte de Francisco de Carreño, gobernador general de la Isla, en lo que se conoció como el primer crimen político que se cometió en Cuba.

El azúcar forma parte de nuestra cultura alimentaria. La preferencia por el dulce, propiciada por el auge de la industria azucarera, es una de las constantes del paladar del cubano, desde que el esclavo doméstico se hizo cargo de la cocina de los amos. Es entonces cuando la cocina en la Isla empieza a dejar de ser española

para comenzar a ser otra cosa. Los cocineros europeos fueron excepcionales durante la Colonia; en cambio, muchos cocineros negros, en esa etapa y aun en la República, viajaron a Europa con sus patronos, lo que les permitió contrastar experiencias, ampliar conocimientos y perfeccionar técnicas y estilos.

Los dulces cubanos han pasado a la literatura a través del testimonio. Alucinaron a la marquesa de Calderón de la Barca a su paso por La Habana y así lo dice la autora en un libro publicado en 1843: «El postre aquí resulta una curiosidad por lo variado y numeroso». En su libro *De bandera a bandera* (1889), Eliza McHatton-Ripley, una norteamericana avecindada en la capital cubana, alude a los dulceros, aquellos vendedores ambulantes que «...traían pequeños cuencos y tazas de confituras, conservas de guayaba y mango, coco rallado cocido con azúcar y un delicioso flan de leche de coco...». A comienzos de la centuria pasada eran muy buscados y celebrados los dulces y helados que elaboraba la familia Carrillo en su casa de la habanera calle de La Picota. Confeccionaban toda una gama de la repostería criolla que encandilaba los ojos y aguaba la boca: besitos, viuditas, crocantes adornados con cabellos de ángel, pastillitas de leche... Entonces los helados se hacían con hielo picado, sal en grano y mucha fuerza de brazo en grandes

sorbeteras, y las almendras ya peladas se dejaban serenar antes de majarlas con mano de hierro en el mortero de mármol para confeccionar los quesitos.

Por mucho que coma, el cubano promedio siente que le faltó algo si no tuvo en su mesa una generosa ración de arroz. Algo similar sucede con el dulce. En *Morder las bellas rocas*, de Lisandro Otero, conversan dos mujeres:

–Tengo hambre.

–Pero si acabas de almorzar –dijo la flaca.

–Es que no comí postre. Cuando no como postre siento que no hubiera comido.

CIRO BIANCHI ROSS

ALEGRÍAS DE COCO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 tazas de coco rallado
2 tazas de melado de caña
4 tazas de azúcar prieta
Gotas de zumo de limón

Preparación:

Mezcle el coco rallado con el melado, el azúcar y cuatro o cinco gotas de zumo de limón. Revuelva bien. Cocínelo a fuego mediano, moviéndolo ocasionalmente con una cuchara de madera para que no se pegue en la cazuela. Cuando ya esté espeso y se vea el fondo del recipiente, viértalo en una dulcera o en una tartera engrasada.

ARROZ CON LECHE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

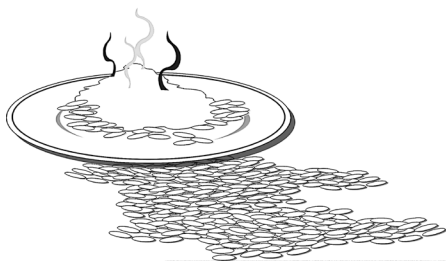
1 taza de arroz
1 taza de azúcar
3 tiras de corteza de limón
9 cucharadas de leche en polvo o 1 litro de leche

Canela en polvo a gusto
Agua suficiente

Preparación:

Eche en una cacerola el arroz y las tiras de limón. Añada agua suficiente para que el arroz se cocine y se abra bien. Póngalo al fuego. Si no utiliza la leche líquida, tome una taza de agua, adicione la leche en polvo y disuélvala bien. Pásela por un colador para evitar los grumos. Cuando el arroz esté blando y medio seco, añada el azúcar y la leche, y revuelva constantemente, para que no se pegue, hasta que esté cremoso.

Sírvalo bien frío en una fuente grande o en dulceras individuales. Polvoréelo con canela.



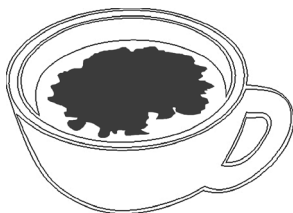
ARROZ CON LECHE ACARAMELADO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1½ tazas de agua
½ cucharadita de sal
½ taza de arroz
¾ de taza de azúcar
½ lata de leche condensada
3 tazas de agua
2 yemas de huevo
2 cucharadas de café helado

Preparación:

Ponga en una cazuela el arroz, añádale agua, sal y cocínelo hasta que esté blando. Mientras se cocina el arroz, eche dos cucharadas de azúcar en un jarro o cazuela pequeña y derrítalas como si fuera a hacer caramelo para un flan. Revuelva el azúcar constantemente para que no se queme y échele luego, poco a poco, una taza de agua. Deje hervir hasta que se derrita el azúcar.



Mezcle dos tazas de agua con la leche condensada y agréguelas al arroz ya cocinado. Añada el agua acaramelada. Deje cocinar a fuego mediano alrededor de una hora, revolviendo de vez en cuando para que no se pegue.

Cuando empiece a espesar y a verse el fondo de la cazuela al revolverlo con la cuchara, échele un poco de la cocción a las yemas de huevos y revuélvalas bien. Viértalas en la cazuela con lo demás. Cocínelo durante cinco o diez minutos más a fuego lento. Bájelo de la candela, échele el café y vierta la composición en una dulcera o en platicos individuales. Sírvalo caliente o frío, a su gusto. Si desea lo puede adornar con un merengue hecho con las dos claras sobrantes y cuatro cucharadas de azúcar.

ARROZ CON LECHE Y COCO RALLADO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 taza de arroz
1 taza de azúcar
230 g de coco rallado
3 tiras de corteza de limón
9 cucharadas de leche en polvo o 1 litro de leche
Canela en polvo a gusto
Agua suficiente

Preparación:

Vierta en una cacerola el arroz, el coco rallado y las tiras de limón. Añada agua suficiente hasta que el arroz se abra bien y póngalo al fuego. Si no utiliza leche líquida, tome una taza de agua, eche la leche en polvo y disuélvala bien. Cuando el arroz esté blando y medio seco, añada el azúcar y la leche, después de pasarla por un colador para evitar los grumos. Revuelva constantemente para que no se pegue. Quedará cremoso.

Polvoréelo con canela y déjelo refrescar. Sírvalo en una fuente grande o en dulceras individuales.

BONIATILLO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 kg de boniato
2 rajitas de canela
460 g de azúcar
1 cucharadita de canela en
polvo
Agua
Pizca de sal

Preparación:

Lave y pele los boniatos, píquelos en pedazos y póngalos en una cacerola con la sal, las

rajitas de canela y agua suficiente para cocinarlos. Aparte, vierta en un recipiente un litro de agua y azúcar para hacer un almíbar bien espeso. Cuando los boniatos estén cocinados, póngalos en una fuente y con un tenedor aplástelos hasta obtener un puré fino. Añádale poco a poco el almíbar hasta que se mezcle bien, sin que quede ningún grumo. Coloque el boniatillo en una dulcera grande o en dulceritas individuales. Aparte, en un mortero, machaque un poco de azúcar hasta hacerla polvo, añádale la canela y polvoree el boniatillo.

BONIATILLO CON COCO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

690 g de boniato
460 g de coco rallado
460 g de azúcar
2 rajitas de canela
1 cucharadita de canela en polvo
Pizca de sal

Preparación:

Lave y pele los boniatos, píquelos en pedazos y póngalos en una cacerola con la sal, las

rajitas de canela y agua suficiente para cocinarlos. Aparte, vierta en un recipiente un litro de agua y azúcar, haga un almíbar bien espesa y añádale el coco rallado. Cuando los boniatos estén cocinados, póngalos en una fuente y con un tenedor aplástelos hasta obtener un puré fino. Añádale poco a poco el almíbar hasta que se mezcle bien, sin que quede ningún grumo. Eche el boniatillo en una dulcera grande o en dulceritas individuales. Polvoree con canela.

BONIATILLO CON NARANJA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

460 g de boniato
2 tazas de azúcar blanca
1 naranja dulce
½ limón
4 yemas de huevo
1 cucharada de mantequilla
2 cucharadas de vino seco
Sal y canela en polvo a gusto

Preparación:

Lave, pele los boniatos y porciónelos. Póngalos en una cazuela, añada agua, sal y cocínelos. Cuando estén listos, redúzcalos a puré.

En una cacerola vierta agua, azúcar, jugo de limón, unas tiras de cáscara de naranja y también el jugo. Mantenga la composición en el fuego hasta que rompa el hervor. Cuando eso ocurra, eche el puré y póngalo de nuevo al fuego hasta que esté algo espeso. Mientras se cocina, revuelva para que no se pegue. Tome un poco de la mezcla, únala con las yemas de huevo e incorpórela de nuevo a la cazuela. Eche el vino seco y la mantequilla y déjelo un rato más al fuego hasta que tenga el espesor deseado, sin dejar de revolverlo. Viértalo en una fuente o dulcera. Polvoree con canela.

BONIATILLO SECO

INGREDIENTES PARA 25 RACIONES:

460 g de boniato

Agua

½ cucharadita de sal

2 tiras de corteza de limón
o de naranja

2 rajitas de canela en rama

920 g de azúcar blanca

1 cucharadita de vainilla
4 o 5 cucharadas de harina
de trigo

Preparación:

Lave bien los boniatos, y con agua, sal, un pedazo de corteza de limón o de naranja y la canela, cocínelos alrededor de quince minutos en una olla con presión. Déjelos refrescar. Pélelos y redúzcalos a puré antes de que se enfríen.

En una cazuela o en la olla ponga la misma cantidad de puré que de azúcar, la sal, el otro pedazo de corteza de limón o de naranja y la canela. Revuélvalo para mezclarlo bien antes de ponerlo al fuego. Cocínelo alrededor de media hora, paleteando el dulce con una cuchara de madera en línea recta, de un lado para el otro, sin revolverlo, hasta que esté bien espeso y se vea separado de los lados de la cazuela. Bájelo del fuego. Añádale la vainilla. Viértalo por cucharadas sobre una tabla u otra superficie enharinada. Polvoree cada porción del boniatillo con harina de trigo y deje secar al aire hasta que la superficie se vea un poco quebrada y dura. Quedarán duros por fuera y amelcochados por dentro.

BUÑUELOS DE MALANGA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 malanga grande (960 g)
1 cucharadita de mantequilla
1 huevo
1 taza de harina de pan
Aceite para freír

Preparación:

Pele la malanga, rállala en un guayo y deposítela en una fuente honda. Añada el huevo batido ligeramente con la sal y agréguele poco a poco la harina. Revuelva hasta obtener una buena mezcla. Con una cucharita tome de ella pequeñas porciones y échelas en aceite caliente hasta que se doren bien. Puede servir las con melado de caña, jaleas de frutas o un almíbar a gusto.

BUÑUELOS DE NAVIDAD

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 yuca pequeña
1 malanga
1 boniato pequeño

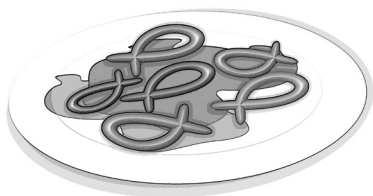
½ taza de aceite
1 rajita de canela
200 g de harina de pan para
mezclar, más otros 50 g pa-
ra polvorear sobre la mesa
1 limón
1 huevo
5 g de anís
300 g de azúcar
¼ de taza de vino
½ taza de agua

Preparación:

Lave, pele, pique las viandas y cocínelas por separado. Haga un puré con todas ellas mezcladas. Ponga en un jarro a la candela el agua, el anís y la canela. Mezcle en una fuente el puré con el huevo, la harina y el vino, añada el cocimiento y siga mezclando. Ponga la mezcla sobre una mesa lisa polvoreada con harina y amase hasta que se separe de la superficie. Pique la masa y forme con ella números 8 o lacitos.

Ponga un sartén con aceite a la candela y cuando esté bien caliente, fría los números 8 o lacitos. Colóquelos en una dulcera grande. Prepare el almíbar con el agua, el azúcar, las lascas de la corteza del limón y viértala sobre los buñuelos.

En vez de añadir almíbar, puede utilizar una crema de chocolate o simplemente polvorear los buñuelos con azúcar blanca.



BUÑUELOS DE VIENTO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

½ libra de harina de pan
3 huevos
2 cucharadas de azúcar
1 cucharada de mantequilla
2 vasos de agua
Aceite suficiente para freír

Almíbar:

1 libra de azúcar
2 tazas de agua

Preparación:

Ponga en un caldero al fuego el agua, el azúcar y la mantequilla. Tan pronto rompa el hervor, agréguele la harina previamente cernida y bata hasta que no tenga grumos. Deje enfriar. Añada uno a uno los huevos, teniendo cuidado de no añadir el huevo siguiente hasta que el anterior esté bien mezclado. Cuando haya añadido los huevos, bata todo para que quede sin grumos. Tome con cucharaditas porciones de la mezcla y fríalas en aceite bien caliente hasta que estén doradas. Vierta los buñuelos en una fuente honda.

Ponga al fuego, en un recipiente, el agua y el azúcar para hacer el almíbar de medio punto. Cuando tenga el espesor deseado viértala sobre los buñuelos. Déjelos refrescar y sírvalos.

CAFIROLETA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

3 boniatos medianos
6 tazas de azúcar
2 tazas de coco rallado
3 tazas de agua
5 yemas de huevos
1 limón
Canela molida

Preparación:

Lave, limpie y pique los boniatos. Lave el limón y extraígale tiras de la corteza. Haga el almíbar grueso con el azúcar y el agua. Exprima el coco rallado en un paño, extraígale la leche y resérvela.

Ponga en un caldero con agua suficiente a sancochar los boniatos, y cuando estén blandos redúzcalos a puré. Añada al puré las tiras de limón y el almíbar. Cocine al fuego moviéndolo constantemente, cuando tenga punto retírelo del fuego. Agréguele la leche de coco, las yemas, mézclelo bien y póngalo de nuevo al fuego cinco minutos más. Bájelo del fuego y vierta el dulce en moldes, polvoréelo con canela molida por encima. Puede dejarlo así u hornearlo durante diez minutos.

CAPUCHINOS

INGREDIENTES PARA 20 RACIONES:

10 yemas de huevos
1 clara de huevo
2 cucharadas de azúcar
blanca
3 cucharaditas de maicena

Almíbar

3 tazas de azúcar blanca
1½ tazas de agua
1 limón
1 rajita de canela en rama
1 cucharadita de vainilla

Preparación:

Encienda el horno a 375 °F. Prepare los cucuruchos de papel y colóquelos en los huequitos del molde para capuchinos.

Bata las yemas, la clara y el azúcar durante quince minutos hasta que esté bien espeso. Añada poco a poco la maicena cernida, envolviendo suavemente la mezcla. Viértala en una manga con bombillo mediano y llene hasta dos tercios de cada cucurucho.

Hornéelos durante quince minutos o hasta que estén doraditos en la parte superior. Para evitar que se quemen las puntas, ponga una tartera llana con un poco de agua en la parrilla inferior del horno, mientras hornea los capuchinos en el molde colocado en la parrilla superior. Después de horneados, quíteles el papel y báñelos con almíbar.

Forma de preparar el almíbar:

Ponga al fuego una cazuela con el agua, el azúcar, la canela, la cáscara y unas gotas de jugo de limón. Hierva la mezcla durante tres minutos.

Añada la vainilla. Deje refrescar el almíbar antes de verterla sobre los capuchinos.

CASCOS DE LIMÓN

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

8 limones grandes
2 tazas de agua
2 tazas de azúcar
Canela o anís a gusto
Pizca de sal

Preparación:

Pele los limones finamente sin dejar corteza. Córtelos a la mitad y exprímalos para sacarles el jugo. Hiérvalos cambiando varias veces el agua hasta que suelten el amargor y se ablanden. Enjuáguelos en agua fresca y póngalos a cocinar en el agua con el azúcar, la canela o anís a gusto y la sal. Déjelos hervir, sin revolverlos, hasta que se vean cristalinos y el almíbar tenga el punto deseado.

CASCOS DE NARANJA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

6 naranjas
3 tazas de azúcar

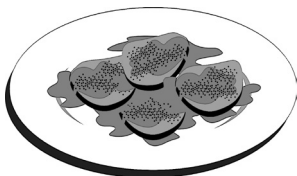
2 tiras de cáscara de limón
Pizca de sal

Preparación:

Lave las naranjas y, con cuidado, pélelas sin dejar restos de la corteza. Píquelas a la mitad y extraiga los hollejos. Deje los cascós limpios. Sumérjalos en agua durante unos minutos y después, con ambas manos, exprímalos sin dañarlos. Repita tres veces esta operación.

Ponga a la candela un caldero con agua. Cuando el agua esté bien caliente, eche los cascós y déjelos hervir durante cinco minutos. Bote el agua. Debajo de la pila enjuague y exprima con ambas manos los cascós, con cuidado. Vuelva a poner agua a la candela y repita la operación hasta que los cascós pierdan el amargor, pero no el sabor a naranja. Bote el agua.

Cuando estén listos añada el azúcar, las tiras de limón, la sal y eche agua hasta que los tape ligeramente. Póngalos a fuego mediano, retírelos cuando los cascós se vean cristalinos y el almíbar a punto.



CASCOS DE TORONJA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

2 toronjas medianas
2 litros de agua
1 kg de azúcar
2 tiras de cáscaras de limón
Pizca de sal

Preparación:

Lave y retire la cáscara de las toronjas con cuidado sin dejar restos de la corteza. Píquelas a la mitad y extraiga los hollejos. Dejará los cascos limpios.

Sumerja los cascos en agua durante unos minutos y, con ambas manos, exprímalos sin dañarlos. Repita tres veces esta operación.

Ponga a la candela un caldero con agua y cuando esté bien caliente eche los cascos y déjelos hervir durante cinco minutos. Bote el agua y debajo de la pila enjuague y exprima los cascos con cuidado. Póngalos en agua de nuevo y a la candela. Repita la operación hasta que pierdan el amargor. Cuando ya estén listos, pínchelos con un tenedor con cuidado.

Ponga a fuego mediano un caldero para hacer almíbar con el agua, el azúcar y las tiras de limón. Cuando esté caliente el almíbar, añada

los cascos exprimidos y déjelos cocinar hasta que se vean cristalinos y el almíbar esté a punto. Si es necesario, adicione un poco más de agua. Quedarán jugosos por dentro y duros por fuera.

CASCOS DE GUAYABA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

8 guayabas coloradas y maduras
460 g de azúcar
2 pedacitos de corteza de limón
Pizca de sal

Preparación:

Lave las guayabas y retire las puntas, así como algún daño que tenga la fruta. Proceda a pelarlas con cuidado. Ponga las cáscaras en un caldero y las guayabas en otro. Cuando haya pelado todas las guayabas, píquelas al medio, de forma que le queden dos tapas. Con una cucharita retire las semillas y échelas en el caldero donde están las cáscaras. De esa forma le van quedando los cascos de guayaba limpios. Lávelos.

Añada el azúcar, la sal y las cortezas de limón al caldero con los cascos. Manténgalo a la

candela hasta que los cascós se vean brillosos y no esté muy espeso el almíbar.

Puede utilizar las cáscaras y las semillas para hacer una mermelada, membrillo o una barra de guayaba.

CASCOS DE MANGO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 mangos pintones
920 g de azúcar blanca
1 cucharadita de vainilla
Pizca de sal

Preparación:

Lave y pele los mangos, píquelos al medio y extraiga las semillas.

Coloque las mitades en una cazuela y cúbralas con agua. Añada el azúcar, la vainilla, la sal y déjelas cocinar a fuego medio hasta que estén blandas, sin que pierdan la consistencia, y el almíbar empiece a espesar.

CREMA FRITA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

2 tazas de harina de trigo
8 huevos

2 vasos de leche
1 limón
6 cucharadas de azúcar
1 cucharada de mantequilla
2 galletas molidas o pan rallado
Aceite para freír
Pizca de sal

Preparación:

Extraiga tiras de la corteza del limón. Eche en una fuente dos huevos y bátalos bien. Agrégueles la harina hasta tener una pasta con consistencia. Pásela a un caldero. Aparte bata cuatro huevos y agréguelos a la pasta batiéndolos hasta que quede bien mezclado. Ponga en un jarro a hervir la leche, cuando hierva bájela, agregue las tiras de corteza de limón y tape hasta que se refresque. Cuando esté fresca sáquele las tiras de limón, adicione la leche a la pasta y colóquela a fuego lento moviéndola constantemente para que no se formen grumos. Agréguele el azúcar, la mantequilla, la sal y continúe moviéndola hasta que se vea el fondo del caldero. Vierta la masa sobre una mesa de trabajo previamente engrasada y déjela enfriar para que pueda cortarla en tiras anchas.

Bata los huevos restantes en un plato y ponga en otro plato la galleta o el pan que va a utilizar. Pase las tiras por el huevo y después por la galleta o el pan y póngalas a freír en el aceite bien caliente.

CREMA VOLCADA O FLAN DE LECHE

(Receta canaria muy antigua.)

INGREDIENTES PARA 6 RACIONES:

2 tazas de leche
6 huevos
1½ taza de azúcar
1 cucharadita de vainilla

Preparación:

Haga un caramelo con el azúcar y cubra con él las paredes de un molde. Déjelo refrescar.

Ponga a hervir en un jarro la leche con la vainilla. Bata los huevos como si fuera a hacer una tortilla y mézclelos con la leche, añadiendo el resto del azúcar. Asegúrese de que quede bien mezclado. Coloque rápidamente la preparación en el molde acaramelado. Cocine al baño de María en una olla durante treinta minutos. Déjelo refrescar y viértalo en un plato hondo.

DULCE DE PAN

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 barra de pan
4 cucharadas de maicena
2 huevos
2½ tazas de azúcar
Corteza de limón
¾ de litro de agua
1 litro de leche
Vinagre

Preparación:

Ponga el pan en una fuente honda y corte porciones de un centímetro manteniéndolo unido por la corteza de abajo. Prepare en un jarro el almíbar con media taza de azúcar, tres tiras de corteza de limón y el agua. Quedará ligeramente espeso. Déjelo refrescar. Vierta el almíbar, ya fresco, sobre el pan, con cuidado para que lo cubra parejo.

Aparte, prepare una natilla. Parta los huevos y separe las yemas de las claras. Reserve estas para el final. Eche las tres cuartas partes del litro de leche en un jarro, añada las dos yemas, una taza de azúcar y cuatro tiras de corteza de limón. Mezcle y ponga el jarro a fuego mediano. En

otra vasija eche la maicena, añádale el resto de la leche y únalo. Cuando la leche que puso al fuego esté caliente, vierta la maicena disuelta y mueva con una cuchara de madera hasta que esté la natilla. Eche entonces la natilla sobre el pan; déjela caer dentro de los cortes y adiciónale el resto por encima.

Haga un caramelo con media taza de azúcar y viértalo sobre la natilla con la que cubrió el pan. Procure que lo cubra todo.

Prepare un merengue con las claras de huevos, añádale el azúcar restante y cinco gotas de vinagre para endurecerlo. Con un tenedor, saque porciones de merengue y quémelas al fuego. Adorne la fuente con el merengue quemado.

DULCE DE FRUTABOMBA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 frutabomba mediana (puede ser verde, madura o pinta)
2 tazas de azúcar blanca
2 rajitas de canela
Pizca de sal

Preparación:

Pele la frutabomba, límpiela bien y píquela en cuadrados pequeños.

Coloque en un caldero una camada de frutabomba y otra de azúcar. Añádale la canela, la sal y cocine a fuego mediano hasta que el dulce se vea con brillo.

DULCE DE COCO BLANCO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 tazas de coco rallado
920 g de azúcar blanca
2 rajitas de canela
Pizca de sal

Preparación:

Ponga en una cazuela el coco rallado y adicione agua para cocinarlo. Cuando esté blando, añada el azúcar, la canela, la sal y déjelo cocinar hasta que el almíbar se espese y adquiera brillo el dulce.

DULCE DE COCO PRIETO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 tazas de coco rallado
1 taza de azúcar prieta
½ lata de leche condensada
Pizca de sal

Preparación:

Ponga en una cazuela el coco rallado y échele el agua necesaria para cocinarlo. Cuando esté blando, añada el azúcar, la leche condensada, la sal y déjelo cocinar hasta que el almíbar se espese y adquiera brillo el dulce.

DULCE DE PIÑA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 piña grande
1 taza de azúcar
1 cucharadita de vainilla
2 tazas de agua

Preparación:

Pele la piña y píquela en ruedas. Sáquele el corazón con cuidado.

Vierta en una cacerola el agua, el azúcar y la vainilla. Póngala a fuego mediano y haga un almíbar ligero. Adicione las ruedas de piña y déjelas cocinar por espacio de veinte minutos.

DULCE DE PIÑA A LA PLANCHA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

2 piñas maduras medianas
½ taza de maní

¼ de taza de ajonjolí
2 tazas de azúcar

Preparación:

Lave, pele y pique la piña en cubos pequeños. Tueste el maní y el ajonjolí y macérellos sin hacerlos polvo, que quede como un rollón.

Ponga en un caldero la piña, el maní, el ajonjolí macerado y el azúcar. Cocínelos a fuego lento hasta que se haga una pasta ligeramente dorada. Vierta la cocción en una fuente, polvoréela con azúcar y qué-mela con una plancha bien caliente por encima.

DULCE DE TOMATE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

12 tomates maduros
1 taza de azúcar blanca
4 tiras de corteza de limón
Pizca de sal

Preparación:

Pase los tomates por agua caliente para sacarles la piel. Si lo desea puede hacer el dulce sin pelarlos. Déle un corte a los tomates para extraer las semillas. Lávelos bien y colóquelos

en una cacerola. Añada el azúcar, la corteza de limón, la sal y cúbralos con agua.

Cocine a fuego mediano hasta que se consuma el agua, el almíbar espese y el dulce se abri-llante. Acompáñelo con queso o queso crema.

DULCE DE LECHE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 litro de leche
1 limón
1 taza de azúcar
1 rajita de canela
3 tiras de corteza de limón
Pizca de sal

Preparación:

Eche la leche en una cacerola, añádale la sal y póngala al fuego. Cuando esté caliente, bájela de la candela, añádale el zumo de limón y tápela. Déjela reposar durante treinta minutos.

Cuando la leche esté cortada, agregue el azúcar, la canela y las tiras de limón. Ponga de nuevo la cacerola a fuego mediano y deje que se haga el dulce. Quedará en borugas.

Para elaborar este dulce puede utilizarse también leche cortada.

DULCE DE LECHE A LA NIEVE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 litro de leche
1 limón
1 taza de azúcar
2 huevos
1 rajita de canela
3 tiras de corteza de limón
Pizca de sal

Preparación:

Vierta la leche en una cacerola y añádale la sal. Póngala al fuego. Cuando esté caliente, bájela de la candela, adicione el zumo de limón y tápela. Déjela reposar durante treinta minutos.

Bata las claras de huevo a punto de merengue. Cuando la leche esté cortada, adicione las dos yemas de huevos batidas, el merengue, el azúcar, la canela y las tiras de limón. Mezcle. Ponga la cacerola a fuego mediano y deje que se haga el dulce.

Para elaborar este dulce puede utilizarse también leche cortada.

DULCE DE HARINA DE MAÍZ CON COCO Y QUESO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

2 tazas de harina
1 lata de leche condensada
½ taza de coco rallado
50 g de queso
5 tazas de agua
1 taza de azúcar
50 g de mantequilla
Pizca de sal

Preparación:

Lave la harina. Póngala en un caldero y añada la leche, el agua, el coco y el azúcar. Cocínela a fuego lento, moviéndola constantemente para que no se hagan pelotas. Cuando esté cocida se le añade el queso y la mantequilla. Siga moviendo durante tres o cinco minutos. Déjela refrescar y viértala en una fuente.

FLAN DE COCO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 lata de leche condensada
1 lata de leche fluida

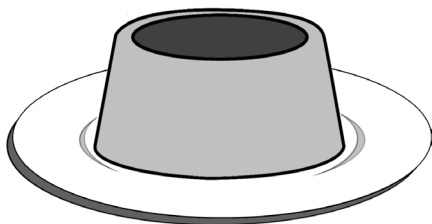
6 huevos
½ taza de coco rallado
½ taza de azúcar blanca
1 cucharadita de vainilla
1 limón
Pizca de sal

Preparación:

Mezcle la leche condensada y la leche fluida. Añada la canela y la corteza de limón.

Bata las claras de huevo a punto de merengue, adicioneles las yemas, la vainilla y mézclelas. Añada esa mezcla a la leche y cuélela. Agregue el coco rallado.

Ponga en un molde el azúcar y haga un caramelo que cubra sus paredes. Viértalo todo en el molde acaramelado y en una olla con agua cocine a presión durante treinta minutos. Bájelo del fuego y déjelo refrescar. Voltéelo en una fuente.



FRUTABOMBA RALLADA CON SABOR A NARANJA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 frutabomba verde mediana
2 tazas de azúcar
1 naranja dulce
Pizca de sal

Preparación:

Pele y limpie la frutabomba, píquela en tajadas y lasquéela en un guayo. Ponga en un caldero una camada de frutabomba y otra de azúcar. Lave la naranja y rállela. Adicione el rallado por encima de la frutabomba y agregue la sal. Mantenga el dulce al fuego hasta que adquiera brillo y espese.

GUAYABA EN CREMA DE CHOCOLATE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

230 g de guayabas maduras
 $\frac{1}{4}$ de chocolate en pastillas
para decorar
460 g de crema de leche
3 copas de un licor suave

Preparación:

Derrita al fuego lento el chocolate. Vierta la crema de leche y páselos por la batidora. Quedará una crema suave.

Reserve dos de las guayabas y pase las restantes, peladas y limpias, por la licuadora. Vierta el batido en la crema de chocolate. Añada el licor y bata todos los ingredientes. Corte en cuadraditos una de las guayabas reservadas y añádalos. Coloque la crema en copas y póngalas en el congelador durante diez minutos. Decórelas con guayabas cortadas en forma de media luna.

ISLAS FLOTANTES

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

6 huevos
1 litro de leche
1 taza de azúcar blanca
1 tira de corteza de limón
1 rajita de canela
2 cucharadas de maicena
1 cucharadita de vainilla
1 cucharadita de canela en polvo
Pizca de sal

Preparación:

Bata las claras de huevo a punto de nieve y agrégueles poco a poco seis cucharadas de azúcar hasta obtener un merengue.

En una cacerola llana ponga a hervir el litro de leche con la sal, la canela y la corteza de limón. Cuando la leche empiece a hervir, vaya echando por cucharadas el merengue. No eche más de una cucharada a la vez y cuide de que la leche no hierva a borbotones para que no se desbarate el merengue. Cocine aproximadamente durante un minuto más.

Vire las porciones de merengue y déjelas cocinar por igual tiempo. Sáquelas con una espumadera y colóquelas en una dulcera. Cuando acabe, agregue a la leche que utilizó para freír los merengues las yemas batidas con la maicena y el azúcar restante. Cuélelo todo y cocine a fuego lento hasta que espese. Añádale la vainilla y, con cuidado, vierta la natilla en la dulcera. El merengue quedará flotando sobre la natilla. Polvoree los merengues con canela.

LECHE FRITA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 cucharadas de mantequilla
4 cucharadas de harina de trigo

4 vasos de leche
6 cucharadas de azúcar
12 cucharadas de pan rallado
Aceite suficiente para freír
1 huevo
2 galletas molidas o pan rallado

Preparación:

En una cacerola mezcle la mantequilla y la harina. Añada poco a poco la leche moviéndola. Eche el azúcar y continúe mezclándola hasta tener una pasta de agradable sabor, puede adicionarle más azúcar si así lo desea. Ponga la cacerola al fuego mediano, moviendo la pasta continuamente hasta que tome un ligero espesor de crema doble. Bájela, añádale poco a poco el pan rallado y póngala nuevamente al fuego hasta que tenga una consistencia adecuada para que se pueda cortar.

Vierta la pasta sobre una mesa de trabajo previamente engrasada y déjela enfriar para cortarla en cubos medianos. Bata los huevos en un plato y ponga en otro recipiente la galleta o el pan que va a utilizar. Pase los cubos por el huevo y después por la galleta o el pan y póngalos a freír en el aceite bien caliente.

LECHE IMPERIAL

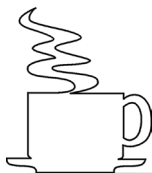
INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 vasos de leche
10 yemas de huevos
1 cucharada de maicena
½ taza de maní
1 taza de azúcar
1 limón

Preparación:

Tueste el maní y macérelo. Lave el limón y sáquele tiras de la corteza.

En un recipiente bata las yemas. Agrégueles la leche y la maicena disuelta en un poquito de agua o de leche. Cuando todo esté bien mezclado cuélelo, añada el maní macerado, el azúcar y las tiras de limón. Póngalo a fuego mediano moviéndolo constantemente hasta que tenga la consistencia de crema, si lo desea, al terminar, aromatícelo con vainilla. Vierta la crema en una fuente honda y déjela refrescar, también puede comerla caliente.



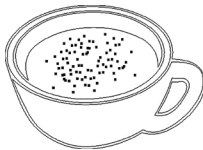
MAJARETE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 tazas de maíz tierno molido
2 tazas de leche
½ taza de coco rallado
200 g de azúcar
1 rajita de canela
1 limón
1 cucharada de canela en polvo
Pizca de sal

Preparación:

Mezcle el maíz molido con la leche y cuélelo. Añada el azúcar, el coco rallado, la rajita de canela, las tiras de corteza de limón y la sal. Póngalo a fuego lento removiéndolo constantemente hasta que espese. Sírvalo en una fuente o en platos individuales. Polvoree con canela.



MERMELADA DE GUAYABA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

6 guayabas (puede utilizar lo que le quedó cuando preparó los cascos)

460 g de azúcar

Pizca de sal

Preparación:

En un caldero ponga las guayabas picadas en cuatro partes o los restos de la preparación de los casquitos. Cubra con agua y cocine durante veinte minutos. Déjelo refrescar. Pase luego todo por la batidora y cuélelo, añada el azúcar y la sal y póngalo a cocinar nuevamente hasta que se espese a su gusto.

MERMELADA DE MANGO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

2 mangos maduros grandes

960 g de azúcar blanca

Pizca de sal

Preparación:

Lave los mangos, pélelos, córtelos y separe las semillas. Ponga las lascas en un caldero, cúbralas con poca agua y déles un hervor. Deje refrescar las tajadas, páselas por la batidora y cuele el batido. Póngalo a la candela, añada el azúcar, la sal y cocine hasta que la composición adquiera brillo y espese.

MERMELADA DE NARANJA CON PIÑA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

8 naranjas
1 piña
920 g de azúcar
Pizca de sal

Preparación:

Lave y pele las naranjas. Píquelas en mitades y extraiga los hollejos. Sumerja los cascos en agua hasta que pierdan el amargor, como para hacer cascos de naranja. Cocínelos hasta que estén blandos. Páselos por la batidora.

Pele la piña y rállela. Eche en una cazuela el batido de la naranja, añada la piña, el azúcar, la sal y póngalo a fuego mediano hasta que el dulce se vea con brillo.

MERMELADA DE FRUTABOMBA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 frutabomba mediana
2 tazas de azúcar blanca
2 rajitas de canela
Pizca de sal

Preparación:

Pele la frutabomba y límpiela bien. Píquela en trozos y échelos en un caldero con agua que los tape. Ponga el caldero a la candela y cuando los trozos estén cocinados, páselos por la batidora. Añada al batido el azúcar, la canela y la sal. Póngalo a la candela hasta que se le vea brillo y espese a su gusto.

MERENGUE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 claras de huevos
2 tazas de azúcar
2 tazas de agua
1 cucharadita de vainilla
1 limón

Preparación:

Eche en un jarro el agua, el azúcar, el zumo del limón y póngalo al fuego hasta que el almíbar esté a punto de caramelo. Mientras, bata las claras de huevo a punto de nieve.

Añada el almíbar al merengue y aromatice con la vainilla mezclando bien todos los componentes.

Tenga a mano una bandeja engrasada. Eche el merengue en una manga o en un cucurucho de papel y vaya dejándolo caer, en forma de torta, en la bandeja engrasada. Póngala al horno hasta que los merengues se doren.

Puede, asimismo, engrasar el fondo de una olla de presión, colocando en ella las tortas de igual forma. Tape la olla y póngala a la candelita, sin presión, hasta que se doren los merengues.

El número de merengues que se obtendrán estará de acuerdo con el tamaño de las tortas.

MOUSE DE GUAYABA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 tazas de pulpa de guayaba
4 cucharaditas de crema de
leche
4 cucharaditas de azúcar

(Continuación)

2 cucharaditas de vainilla
Reserve 4 ruedas de guayaba

Preparación:

Ponga todos los ingredientes en la batidora y bata durante cinco minutos. Pase el batido por un colador. Sírvalo bien frío en copas. Adórnelo con una rueda de guayaba.

MOUSE DE MAMEY

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 tazas de pulpa de mamey
4 cucharaditas de crema de
leche
4 cucharaditas de azúcar
2 cucharaditas de vainilla

Preparación:

Ponga todos los ingredientes en la batidora y bata durante cinco minutos. Pase el batido por un colador. Sírvalo bien frío en copas.



MOUSE DE MANGO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 tazas de pulpa de mango
4 cucharaditas de crema de
leche
4 cucharaditas de azúcar
2 cucharaditas de vainilla
4 cerezas

Preparación:

Ponga todos los ingredientes en la batidora y bata durante cinco minutos. Pase el batido por un colador. Sírvalo bien frío en copas. Adórnelo con cubitos de mango por encima y una cereza.

NARANJAS EN ALMÍBAR

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 naranjas dulces
1 libra de azúcar

Preparación:

Lave y pele las naranjas con cuidado. Extraiga el corazón sin dañar las cortezas, que deben quedar enteras. Ponga un caldero al fuego con

agua suficiente para cubrir las y déjelas cocinar. Cuando estén blandas, añádales el azúcar y déjelas a fuego lento hasta que estén transparentes y brillosas y el almíbar tenga el punto deseado.

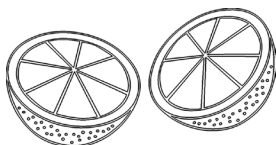
NARANJAS CUBIERTAS

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

4 naranjas dulces
1 libra de azúcar

Preparación:

Se hace el mismo procedimiento que con las naranjas en almíbar, pero cuando las naranjas están transparentes y brillosas se sacan y se escurren. Al almíbar que tenía el dulce se le añade más azúcar y se hace uno a punto de caramelo. Se pasan las naranjas moviéndolas para que se unten de forma uniforme una a una por este caramelo y se ponen en una dulcera. Déjelas enfriar.



NATILLA A LA NIEVE

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 litro de leche
2 huevos
1 taza de azúcar
2 cucharadas de maicena
1 cucharadita de vainilla
Pizca de sal

Preparación:

Vierta en un recipiente hondo dos yemas de huevos y conserve las claras. Del litro de leche reserve un vaso. Mezcle las dos yemas, agregue la leche del litro, la vainilla, la pizca de sal, el azúcar a gusto y ponga la composición al fuego. Al vaso de leche que dejó separado, añádale la maicena y mézclela bien. Pase por un colador la leche con maicena para que no queden grumos y añádala a la mezcla caliente. Revuelva todo hasta que esté a punto la natilla y viértala en una dulcera grande o cuatro dulceras individuales.

Ponga un recipiente a la candela con el azúcar para obtener un caramelo espeso, viértalo sobre la natilla. Bata las claras y añádales poco a poco el azúcar hasta que se obtenga un merengue denso. Cuando esté listo el merengue,

cubra con él la capa de caramelo. Deje reposar y refrescar la composición antes de ponerla en el frío.

NATILLA DE CALABAZA CON MANÍ

INGREDIENTES PARA 2 RACIONES:

3 tazas de puré de calabaza
½ litro de leche
4 huevos
2 rajitas de canela
3 cucharadas de maicena
1½ tazas de azúcar blanca
1 taza de azúcar prieta
2 tazas de maní
1 cucharadita de vinagre
Pizca de sal

Preparación:

Tueste el maní, límpielo y reserve media taza sin triturar. Triture no muy fino el resto.

Ponga en una batidora la calabaza, la leche, una taza de azúcar blanca, las cuatro yemas, las dos claras de huevo, la maicena, la pizca de sal y bata hasta que quede todo unido. Vierta ese batido en una cazuela puesta al fuego lento, añádale el maní triturado y deje que la

composición espese. Póngala en una fuente y agréguele el resto del maní por encima.

Eche en un jarro el azúcar prieta y haga un caramelo. Cuando esté listo, viértalo arriba de la natilla.

Con las dos claras que le quedan elabore un merengue. Cuando tenga consistencia adiciónale la cucharadita de vinagre, el resto del azúcar y vuelva a batir hasta que se mezcle todo. Con un tenedor queme los merengues y colóquelos por encima del caramelo.

PAN PERDIDO O PAN DE MARÍA

(Receta canaria muy antigua.)

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

6 tazas de pan troceado en pedazos de una pulgada de largo y una de ancho. (Esta es solo una sugerencia, pues podrá moldearlo a su gusto. Deberá tener en cuenta que se trate de pan no fresco.)

Aceite suficiente para freír

½ taza de leche

1 cucharada de azúcar

1 cucharadita de ralladura de limón o de naranja

1 huevo
½ cucharada de agua
Pizca de sal

Preparación:

Vierta en un jarro la leche, la sal, el agua y la ralladura de limón o de naranja y póngalo al fuego para que se consuma el líquido hasta la mitad. Apártelo. Bata el huevo en un plato. Pase los trozos de pan por la leche para que se empapen bien y déjelos escurrir. Páselos después por el huevo batido. Fríalos de inmediato en aceite caliente hasta que estén doraditos. Colóquelos en una fuente o en dulceras individuales.

Este plato es un acompañamiento ideal para cremas, sopas y ensaladas frías. Puede también degustarse polvoreado con azúcar.

PANETELA DE PIÑA

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 lata de dulce de piña
4 huevos
1 taza de leche

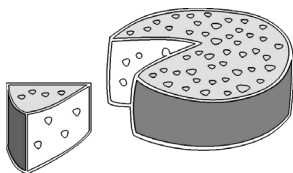
2 tazas de harina de pan
1 taza de azúcar
1 cucharadita de vainilla
1 cucharadita de sal
½ taza de mantequilla
1 cucharadita de polvo de
hornear

Preparación:

Parta los huevos y separe las yemas de las claras. Colocará las yemas en una fuente honda y las claras en un tazón. Bata las claras a punto de merengue. Añada las yemas y mézclelas.

En otra fuente mezcle la harina con el azúcar, la sal y el polvo de hornear y pase esta composición por un colador. Añada la leche, la vainilla, dos cucharadas de mantequilla y, poco a poco, la harina cernida, mezclándolo todo bien.

Unte el interior de una olla con mantequilla. Ponga en el fondo las ruedas de piña y vierta la mezcla. Tápela y déjela cocinar a fuego lento, sin presión, hasta que al introducirle un cuchillo la hoja salga limpia. Póngala en una fuente o en un plato llano y viértale encima el almíbar de la lata.



PIÑA GLASÉ

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

2 piñas dulces medianas
4 tazas de azúcar
Agua

Preparación:

Lave, pele y pique las piñas en ruedas. Ponga en una cacerola las ruedas de piña y agua que las tape. Déles un hervor hasta que se consuma el agua. Haga un almíbar de medio punto con el azúcar, eche las ruedas de piña y manténgalo a fuego lento hasta que el almíbar tenga el punto de caramelo. Mueva ligeramente las ruedas de piña para que se azucaren un poco. Sáquelas y colóquelas en una fuente. Déjelas refrescar y póngalas en el frío hasta que las vaya a servir.

SUSPIRO LIMEÑO

(Receta basada en un plato típico peruano.)

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 litro de leche
1 lata de leche condensada
5 huevos

1 taza de vino
1 cucharadita de vainilla
1 taza de azúcar
Canela molida

Preparación:

Mezcle el litro de leche con la leche condensada. Ponga la mezcla al fuego en una olla y revuelva constantemente hasta que se vea bien el fondo de la olla. Retírela del fuego y añádale las cinco yemas de huevo y la vainilla. Viértala en una dulcera. Bata las claras de tres huevos hasta que obtenga un merengue a punto de nieve. Haga un almíbar con el azúcar y el vino e incorpórela poco a poco al merengue. Cubra con el merengue el dulce y polvoréelo con canela.

TOCINILLO DEL CIELO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

2½ tazas de azúcar blanca
¾ de taza de agua
1 limón
½ taza de yemas de huevos
½ taza de huevos (claras y yemas)
1 cucharadita de vainilla

Preparación:

Ponga en una cacerola el agua con una y media taza de azúcar y cinco gotas de jugo de limón. Hierva hasta que el almíbar espeso quede reducido a una taza. Déjelo refrescar.

Bata las yemas con los huevos enteros solo hasta que estén unidos. Añada la taza de almíbar y la vainilla. Mezcle todo bien. Cuele.

Ponga en un molde el azúcar restante y haga un caramelo para bañar con él las paredes del molde. Vierta la mezcla y póngala en una olla al baño de María hasta que al introducirle un palillo en el centro salga seco.

TORREJAS

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 barra de pan
½ litro de leche
5 huevos
230 g de azúcar
230 g de manteca o aceite
1 cucharadita de vainilla
2 cucharadas de vino seco
1 cucharadita de canela

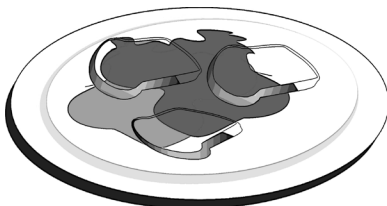
Almíbar:

460 g de azúcar blanca
1 limón
1 rajita de canela en rama
1 cucharadita de vainilla
¼ de litro de agua

Preparación:

Corte el pan en rebanadas de un centímetro de grosor. Prepare una mezcla con la leche, tres yemas de huevo, el azúcar, la vainilla, el vino y la canela. Pase por esta mezcla las rebanadas de pan y déjelas quince minutos en ella. Aparte, prepare un batido con las tres claras y los dos huevos restantes y pase por ese batido las rebanadas de pan. Fríalas en aceite caliente. Póngalas en una fuente.

Eche en una cacerola el agua, el azúcar, las cáscaras, las gotas de limón, la canela y ponga a hacer el almíbar. Añádale la vainilla al bajarla del fuego. Cubra con el almíbar las torrijas.



TORTA CREMOSA DE QUESO Y GUAYABA

(Esta receta se basa en un plato típico
de Estados Unidos.)

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

200 g de requesón
200 g de queso crema
125 g de dulce de guayaba
o una mermelada bien espe-
sa
 $\frac{3}{4}$ de taza de azúcar
4 huevos
2 limones
1 cucharada de ralladura de
corteza de limón
1 cucharada de vainilla
Ramitas de hierbabuena
Guayabas
Pizca de sal

Preparación:

Vierta en un molde aceite antiadherente por las paredes y el fondo o, en su lugar, embárrelo con mantequilla derretida.

Ponga a hervir cuatro tazas de agua. Eche en la batidora el requesón y bata, desprendiendo

el que se va quedando en las paredes, hasta que esté muy cremoso. Agregue el queso crema y la pasta de guayaba y mézclelos bien en la batidora. Añada el azúcar y mezcle. Agregue dos huevos con sus claras, el zumo y la ralladura de limón, la vainilla, la sal y bata hasta que todo esté bien mezclado. Cuele la mezcla dentro del molde. Golpee el molde varias veces sobre la mesa de trabajo para sacar las burbujas.

Eche agua hirviendo en una olla apropiada para que el líquido alcance una pulgada de altura. Acomode el molde dentro de la olla y póngala a fuego mediano hasta que la composición cuaje y al introducirse un cuchillo la hoja salga limpia, lo que demorará unos treinta y cinco minutos. Sáquela del molde y déjela refrescar. Póngala en el refrigerador hasta que se enfríe.

Vierta la composición en una dulcera grande. Adórnela con ruedas de guayaba y unas ramitas de hierba buena. Puede también decorarla con un glaseado de jalea, de guayaba o de pasas.

Forma de preparar el glaseado

Tome un tercio de jalea, añádale tres o cuatro cucharadas de zumo de limón y póngala a fuego mediano en una cacerola. Cocine batiendo constantemente. Si queda muy espesa, le puede añadir un poco de agua. Cuélela. Úntela sobre la torta.

TURRÓN DE DOÑA PEPA

(Receta basada en un plato típico peruano.)

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

460 g de harina de trigo
55 g de aceite o manteca
55 g de mantequilla
2 cucharadas de ajonjolí
¼ de taza de maní
1 cucharadita de anís
Agua y sal

Miel:

460 g de azúcar
1 naranja
2 rodajas de piña
1 raja de canela
1 clavo de olor
4 limones
¼ de taza de agua

Preparación:

Tueste el ajonjolí y resérvelo. Tome media cucharadita de anís, cinco cucharadas de agua y haga una infusión. Separe media taza

de harina de trigo para echarse en las manos al amasar.

Trocee las frutas. Extraiga el zumo de los limones. Tueste y macere el maní.

En una tabla de amasar o en una mesa coloque la harina, la manteca, la mantequilla, el aceite, el anís y el ajonjolí. Mézclelo todo bien, haga un hueco en el centro de la mezcla y añada los líquidos en la medida en que la harina los absorba hasta formar una masa que se desprenda de las manos. Déjela reposar durante cinco o diez minutos. Enharínese las manos y forme bastones con la masa. Colóquelos en un molde engrasado y llévelos al horno a temperatura baja. Revíselos pasados diez minutos. Se sabe que están listos cuando al tocarlos con los dedos la masa no se hunde.

Forma de preparar la miel

Vierta en una olla el agua, las frutas troceadas, la canela, el clavo de olor y manténgala al fuego durante diez minutos. Añada el azúcar y el zumo de limón. Déjelo hervir a fuego lento moviendo con una cuchara de madera hasta que adquiera punto. Déjelo refrescar. Reserve unos trocitos de frutas para adornar.

En un molde ponga una camada de bastoncitos. Espárzale la miel y coloque de nuevo otra camada de bastoncitos y de nuevo la miel. Repita la operación las veces necesarias hasta terminar con la miel. Adórnela con las frutas reservadas y polvoréele el maní por encima.

YEMAS DOBLES

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 taza de yemas de huevos
2 tazas de azúcar blanca
2 tazas de agua
1 cucharadita de polvo de hornear
1 cucharadita de vainilla
2 rajitas de canela
2 tiras de corteza de limón
6 gotas de zumo de limón

Preparación:

En un recipiente de cristal bata las yemas y añádales poco a poco el polvo de hornear. La mezcla quedará bien espesa.

En una cacerola bajita o en un sartén hondo eche el agua, el azúcar, la canela, las tiras y el zumo de limón. Ponga el recipiente a fuego mediano y cuando el contenido comience a hervir, tome porciones de las yemas batidas con una cuchara y échelas dentro con cuidado. Repita la operación las veces que sea necesario. Tenga cuidado de que el almíbar no hierva a borbotones para que no se rompan las yemitas. Cocínelas dándoles vueltas por los dos lados aproxima-

damente durante un minuto. Sáquelas y colóquelas en una fuente. Cuando termine de colocar las yemas, retire el almíbar del fuego, deje que se refresque y pásela por un colador. Añádale la vainilla, revuelva para que se mezcle bien y viértala sobre las yemas dobles.

YEMAS ACARAMELADAS

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 taza de yemas
7 tazas de azúcar
1 cucharadita de vainilla
Agua

Preparación:

Se pone un recipiente con dos tazas de azúcar y una de agua al fuego para hacer el almíbar. Cuando el almíbar tenga punto retírelo del fuego y déjelo enfriar. Viértalo, una vez frío, sobre las yemas, con cuidado de moverlas continuamente para que no se formen pelotas. Todo mezclado se pone al fuego mediano moviéndolo continuamente hasta que se vea el fondo del caldero. Se baja, se aromatiza con la vainilla y se modelan pequeñas bolitas. Haga un caramelo y pase por él las bolitas una a una de modo que queden uniformes.

Colóquelas en una fuente previamente engrasada con mantequilla.

YEMAS DE COCO

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

1 coco
4 huevos
3½ tazas de azúcar
3 rajitas de canela
Mantequilla

Preparación:

Lave, extraiga el agua y la masa del coco. Reserve el agua y ralle la masa hasta obtener aproximadamente una taza. Queme ligeramente media taza de azúcar para envolver las bolitas.

Ponga un recipiente al fuego, eche el agua de coco, el azúcar y haga un almíbar. Cuando esté a medio punto agregue el coco rallado, las rajitas de canela y déjelo cocinar a fuego mediano moviéndolo constantemente para que no se queme. Mientras, mezcle las cuatro yemas de huevo y añádalas. Mézclelas bien y déjelas cocinar hasta que esté espesa la masa y se puedan hacer las bolitas. Pase estas por azúcar ligeramente quemada y colóquelas en una fuente engrasada con mantequilla.

YEMITAS

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

- 1 taza de yemas de huevos
- 2 tazas de azúcar
- 1 taza de agua
- 5 gotas de zumo de limón
- 1 rajita de canela
- 1 tirita de limón
- ½ cucharadita de vainilla

Preparación:

Eche en un caldero el agua, el azúcar, el zumo, la tira de limón y la rajita de canela. Mézclelo todo bien y ponga el caldero a fuego mediano para hacer un almíbar espesa. Bájela y déjela refrescar.

Vierta en una cacerola las yemas batidas ligeramente, añádales una taza de almíbar y mezcle bien. Ponga la cacerola al baño de María hasta que espese su contenido. Mientras se espesa, para que no se pegue, mueva constantemente la composición con una cuchara de madera hasta que se vea el fondo de la cacerola. Añada la vainilla, mézclela bien y retire la cacerola del fuego.

Tenga lista una bandeja ligeramente engrasada. Tome porciones de la composición con una cuchara y deposítelas en la bandeja. Déjelas refrescar. Cuando pueda trabajarlas haga bolitas con las manos y déles la forma que desea. Puede polvorearlas con polvo de azúcar o canela molida.

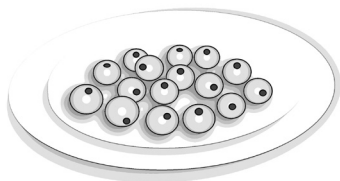
También se puede hacer con una cubierta de maní.

Ingredientes:

1 taza de almíbar a punto de caramelo
1 taza de maní tostado y molido grueso

Preparación:

Tome las yemas ya echas, páselas por el almíbar, luego por el maní y póngalas en una fuente. Añádales el maní restante por encima.



ÍNDICE

HABLEMOS DE LOS POSTRES / 5

ALEGRÍAS DE COCO / 9

ARROZ CON LECHE / 9

ARROZ CON LECHE ACARAMELADO / 11

ARROZ CON LECHE Y COCO RALLADO / 12

BONIATILLO / 13

BONIATILLO CON COCO / 14

BONIATILLO CON NARANJA / 15

BONIATILLO SECO / 16

BUÑUELOS DE MALANGA / 18

BUÑUELOS DE NAVIDAD / 18

BUÑUELOS DE VIENTO / 20

CAFIROLETA / 21

CAPUCHINOS / 22

CASCOS DE LIMÓN / 24

CASCOS DE NARANJA / 24

CASCOS DE TORONJA / 26

CASCOS DE GUAYABA / 27

CASCOS DE MANGO / 28

CREMA FRITA / 29

CREMA VOLCADA O FLAN DE LECHE / 30

DULCE DE PAN / 31

DULCE DE FRUTABOMBA / 33

DULCE DE COCO BLANCO / 33

DULCE DE COCO PRIETO /	34
DULCE DE PIÑA /	34
DULCE DE PIÑA A LA PLANCHA /	35
DULCE DE TOMATE /	36
DULCE DE LECHE /	36
DULCE DE LECHE /	37
A LA NIEVE /	37
DULCE DE HARINA DE MAÍZ /	38
CON COCO Y QUESO /	38
FLAN DE COCO /	39
FRUTABOMBA RALLADA /	40
CON SABOR A NARANJA /	40
GUAYABA EN CREMA DE CHOCOLATE /	41
ISLAS FLOTANTES /	42
LECHE FRITA /	43
LECHE IMPERIAL /	44
MAJARETE /	45
MERMELADA DE GUAYABA /	46
MERMELADA DE MANGO /	47
MERMELADA DE NARANJA /	48
CON PIÑA /	48
MERMELADA DE FRUTABOMBA /	48
MERENGUE /	49
MOUSE DE GUAYABA /	50
MOUSE DE MAMEY /	51
MOUSE DE MANGO /	51

NARANJAS EN ALMÍBAR /	52
NARANJAS CUBIERTAS /	53
NATILLA A LA NIEVE /	54
NATILLA DE CALABAZA CON MANÍ /	55
PAN PERDIDO O PAN DE MARÍA /	56
PANETELA DE PIÑA /	57
PIÑA GLASÉ /	59
SUSPIRO LIMEÑO /	59
TOCINILLO DEL CIELO /	60
TORREJAS /	61
TORTA CREMOSA DE QUESO /	63
Y GUAYABA /	63
TURRÓN DE DOÑA PEPA /	65
YEMAS DOBLES /	67
YEMAS ACARAMELADAS /	68
YEMAS DE COCO /	69
YEMITAS /	70