

image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

image not found or type unknown



Postres caseros Autor: Juventud Rebelde Publicado: 24/04/2020 | 12:25 pm

Cinco postres que puedes hacer en estos días de #QuédateEnCasa (+ Videos)

En estos días en que la mayoría estamos a tiempo completo en casa para cumplir con el aislamiento social y enfrentar la COVID-19, muchas son los postres que podemos hacer. Haz el que te resulte más fácil de acuerdo a los ingredientes que tengas

Publicado: Viernes 24 abril 2020 | 12:23:58 pm.

Publicado por: Juventud Rebelde

Los postres son un plato muy demandado en las familias cubanas, ya sea para degustar en el final de la comida, el preámbulo al café, o en meriendas.

En estos días en que la mayoría estamos a tiempo completo en casa para cumplir con el aislamiento social y enfrentar la COVID-19, muchas son las recetas que podemos hacer.

Sin dudas los postres son una de ellas. Te contamos que los más presentes en las mesas cubanas son: el arroz con leche, cascos o barra de guayaba con queso, dulce de coco en almíbar, torrijas, buñuelos y boniatillo, entre otros.

Muchos de ellos resultan de los más tradicionales y sabrosos en nuestras cocinas debido a la fácil realización y lo nutritivo y exquisito al paladar.

No te invito a que los hagas todos, solo el que te resulte más fácil de acuerdo a los ingredientes que tengas.

1- Arroz con leche

Ingredientes:

- 1/4 taza de arroz crudo (60 g)
- 2 tazas de agua (500 mL)
- 3 tazas de leche (750 mL)
- 1 taza de azúcar blanca (240 g)
- 1 rajita pequeña de canela en rama (3 g)
- Ralladura o trocitos de corteza de limón (2 g)
- 1 cdta de vainilla (opcional 5 g)
- 1cdta de canela en polvo (5 g)
- 1/2 cdta de sal (3 g)

Image not found or type unknown



Elaboración:

- Limpiar y lavar el arroz.
- Depositar en un recipiente el arroz, el agua, la sal, la corteza de limón y la canela en rama.
- Cocinar a fuego lento hasta que el arroz ablande y se abra el grano.
- Colocar en otro recipiente la leche con el azúcar y la vainilla (en caso de emplearla, incorporar la leche saborizada al arroz).
- Revolver constantemente durante 30 minutos aproximadamente, hasta que tome consistencia cremosa.
- Bajar del fuego.
- Servir en copa o plato de postre y espolvorearle canela molida antes de que enfríe.

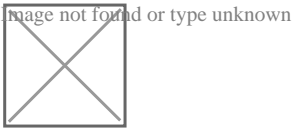
2- Torrejas en almíbar

Son originarias de España, donde se denominan torrijas, pero en nuestro país se espolvorean con canela, y cuando están frescas se les añade almíbar, miel o melaza.

Ingredientes:

- ½ libra de pan de flauta (250g)
- 1 taza de leche (280 ml)
- 1 raza de almíbar (232 ml)
- 2 huevos (110g)
- 4 cucharadas de vino (60 ml)
- ½ cucharada de canela molida (8 g)
- 2 tazas de aceite para freír (500 ml)
- 1 cucharada de azúcar (15 g)

- 1 cucharadita de sal (5 g)



Elaboración:

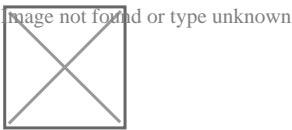
Cortar el pan en rebanadas de 1,5 cm de grueso. Batir los huevos. Hervir la leche. Mezclar la leche con el azúcar, la sal y el vino. Humedecer las rebanadas de pan en la leche mezclada. Espolvorear con la canela. Pasar por huevo batido. Freír en abundante aceite caliente. Escurrir. Verter el almíbar por encima. Dejar refrescar.

Viste que sencilla la propuesta de hoy, sencilla pero sabrosa. Prueba hacerla y degustarla, y dinos qué tal te quedaron. Esperamos tu comentario y no faltes a nuestra cita de viernes.

3- Cascos de guayaba

Se acostumbra comer el dulce en barra con pan y queso, pero la mermelada y los cascos se llevan a la mesa, servidos en platos de postre o copas. Un detalle curioso que tal vez no sabías o no habías probado es que los cascos también se pueden preparar con frutas como la naranja, la toronja y el limón.

Los postres presentados como cascos son muy representativos de la cocina tradicional cubana.



Ingredientes:

- 6 guayabas grandes (1kg)
- 4 tazas de agua (de la cocción 1 L)
- 1 1/4 de azúcar blanca (300 g)
- 1 cdta. de sal (5g)

Elaboración:

- Seleccionar las guayabas semimaduras (pintonas), de corteza gruesa.
- Pelarlas.
- Cortar a la mitad y extraer las semillas.
- Depositar los cascos en un recipiente y agregar agua.
- Dejar hervir a fuego lento hasta que queden semiblandos.
- Retirar las piezas y reservar.
- En una parte del agua de la cocción, añadir el azúcar, la sal y dejar hervir durante 20 min más.
- Colocar nuevamente los cascos.
- Dejar cocer hasta que ablanden y el almíbar tome punto.
- Servirlos fríos, acompañados con queso.

4- Boniatillo

Esta vez seguimos con las variedades de determinados platos de nuestra Cocina cubana, y el boniato también es uno de esos que podemos hacer de distintas maneras.

Hoy se trata de una dulce propuesta: el boniatillo.

Primero te contamos que en Cuba se conocen distintas variedades del boniato: amarillo, blanco, rojo y morado. Se puede comer hervido, con mojo, asado, en guiso, y en dulce, tenemos la malarrabia y el famoso boniatillo.

Image not found or type unknown



Este último elaborado tanto en los hogares como en los establecimientos resulta un postre muy popular. Se elabora siempre con boniatos hervidos y puede agregárseles anís. Su presentación suele tener variantes, como el boniatillo duro o seco, resultado de un tiempo más prolongado de cocción.

Sin más, acá te dejamos los ingredientes y el modo de elaboración. Prueba hacerlo y no olvides contarnos cómo te fue y qué tal quedó. Esperamos tu comentario.

Ingredientes:

- 1 boniato mediano (200 g)
- ¾ taza de azúcar blanca (200 g)
- 1 yema de huevo (20 g)
- 1 cdta de jugo de limón (5 mL)
- 2 cdts de mantequilla (10 g)
- 1 cdta de vino seco (5 mL)
- 1 cdta de canela molida (5 g)
- 6 tazas de agua (cocción del boniato) (1,5 L)
- 1 cdta de sal (5 g)

Elaboración:

- Pelar y cortar el boniato
- Cocinar en agua hasta que esté blando
- Elaborar el almíbar con el agua de la cocción, azúcar y jugo de limón
- Reducir a puré el boniato y añadir poco a poco el almíbar caliente
- Mezclar bien y dejar refrescar
- Agregar la yema del huevo batida y la sal
- Cocinar revolviendo constantemente hasta que se espese
- Agregar la mantequilla y el vino seco al finalizar la cocción
- Colocar en recipiente y espolvorear canela en polvo

5- Natilla casera

La propuesta de hoy es un postre sencillo de hacer, y forma parte de la tradición culinaria en nuestra Isla. Así que espero te guste y lo disfrutes. Anímate y prueba hacerlo para que luego nos cuentes qué tal te fue.

Nos referimos a la natilla casera. Puedes hacerla de chocolate, fresa, entre otros sabores. Nosotros hoy, por ejemplo optamos por la vainilla.

Image not found or type unknown



Ingredientes:

- 3 cucharadas de Maicena
- 3 tazas de Leche
- 1/2 taza de Azúcar
- 1 Cáscara de limón verde
- 1 Rama de canela
- 2 Yemas de huevo
- 1 Cucharadita de vainilla
- Canela en polvo para decorar

Elaboración:

- Separar media taza de leche y poner a hervir el resto, le agregamos la cáscara de limón y la rama de canela.
- Luego incorporamos el azúcar y revolvemos muy bien para que se disuelva completamente.
- En la media taza de leche que habíamos separado, echamos la maicena y revolvemos para diluirla.
- Batimos las yemas de huevo y añadimos junto con la maicena diluida a la olla donde está hirviendo la leche.
- Cocinamos a fuego lento revolviendo constantemente para evitar que se pegue al fondo.
- Cuando veamos que empiece a cuajar y se torne más espesa, agregamos la cucharadita de vainilla y retiramos del fuego.
- Dejamos refrescar un poco a temperatura ambiente.
- Vertemos la natilla en dulceras, espolvoreamos la canela y llevamos al refrigerador.

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/cocina-con-jr/2020-04-24/cinco-postres-que-puedes-hacer-en-estos-dias-de-quedateencasa-videos>