

Menú

NOCHEBUENA

5,25€
por
persona*

Entrante

SOPA NAVIDEÑA DE PESCADO Y ALMEJAS CON BOLITAS DE RAPE



Ingredientes:

- 100 g de merluza
- 200 g de rape (1 cabeza)
- 50 g de gambas arroceras
- 100 g de almejas
- 100 g de cebolla
- 1 puerro
- 100 g de zanahoria
- 100 g de pan seco tomate
- 1 de coñac
- 1,25 l de agua
- 50 ml de aceite de oliva
- 4 g de sal
- Perejil

Para las bolitas de rape:

- 200 g de rape limpio
- 1 huevo
- 1 diente de ajo
- 4 g de sal
- 30 g de cereales sin azúcar
- 250 ml de aceite de oliva

Cómo se elabora:

Hervir en el agua la cabeza de rape (sin agallas) con la parte verde del puerro y unos tallos de perejil. Después de una hora, colar y reservar.

Cortar en juliana la cebolla, el puerro y la zanahoria y cocinar a fuego suave.

Una vez cocinado el sofrito, añadir el tomate cortado en gajos y las gambas enteras. Rehogar unos segundos y flambeo con coñac. Añadir el pan seco cortado en finas rodajas y mojar con un litro de caldo de rape.

Dejar hervir 15 minutos, luego triturar la preparación y pasarla por un colador muy fino.

Disponer esta crema en una cazuela y poner a hervir. En otro cazo abrir las almejas con el vapor de agua, reservarlas, colar el agua de cocción y agregarlo a la sopa.

Añadir los trocitos de merluza y almejas, dar un hervor de 2 minutos y dejar reposar. Poner a punto de sal y servir con unas bolitas de rape como guarnición.

Para las bolitas:

Desmigar el rape y mezclar con un diente de ajo muy picado, sal y un huevo. Mezclar hasta formar una masa. Hacer las bolitas y rebozar con un crujiente de cereales sin azúcar. Freír y colocar como brocheta flotante en la sopa.

🕒 2h | 👤 4 | € 8

Primer plato

LOMOS DE BACALAO CONFITADOS EN SALSA DE SETAS



Ingredientes:

- 600 g de lomo de bacalao salado
- 50 g de cebolla
- 2 dientes de ajo
- 250 g de setas variadas
- 150 ml de aceite de oliva 0'4° de acidez
- 100 ml de aceite de oliva virgen
- 200 ml de nata líquida
- 4 de sal
- Una pizca de pimienta blanca
- Unas ramitas de cebollino

Cómo se elabora:

Desalar el bacalao durante día y medio en agua fría y dentro de la nevera. Cambiar el agua cada 8 horas. Una vez desalado, secarlo con un trapo limpio.

En una cazuela de barro, poner los dos tipos de aceite. Añadir los ajos fileteados y la guindilla hasta que se doren y retirarlos. Después, colocar las tajadas con la piel hacia arriba. Mantener hasta que burbujee y, al tacto, la superficie del bacalao no muestre resistencia o las lascas de la carne comienzan a abrirse.

Retirarlas y depositar en otra cazuela con fuego muy suave. Ligar la salsa pil-pil de la otra cazuela con la ayuda de un colador, dando vueltas hasta que tenga la suficiente consistencia.

A continuación, elaborar la salsa de setas: dorar el ajo picado, la cebolla en juliana y las setas limpias y cortadas en tiras. Cuando esté cocinado, retirar unas cuantas setas para decorar y añadir la nata, la sal y una pizca de pimienta. Remover y triturar para que quede homogéneo.

Mezclar la salsa de setas con un poco de pil-pil hasta que quede cremoso. Probar el punto de sal de la salsa y corregir si fuera necesario. Servir los lomos de bacalao sobre la salsa y acompañados de las setas, todo en caliente y con una pizca de cebollino espolvoreado.

🕒 60' | 👤 4 | € 10

Postre

INTXAURSALSA (NUECES CON LECHE) EN DOS TEXTURAS CON CRUJIENTE DE NUECES



Ingredientes:

- 400 ml de leche
- 100 ml de nata
- 2 ramas de canela
- 100 g de nueces peladas
- 50 g de azúcar
- Peladura de 1/2 limón
- 50 g de nueces caramelizadas

Cómo se elabora:

En una cazuela, colocar las nueces peladas y troceadas, la leche, la peladura del limón y la canela.

Cocer durante unos 60 minutos a fuego suave y remover de vez en cuando con una cuchara de palo para que no se pegue. Una vez transcurrida la cocción, retirar los palos de canela y añadir el azúcar. Dejar cocer 5 minutos más.

Colar la leche y separamos en dos: una mitad para triturar junto a la nata líquida y las nueces. Poner a punto de azúcar. Como resultado, se obtiene una fina crema de nueces que colocar en la base de las copas.

El resto de la leche se bate para que esponje y le entre aire. Después, se vierte sobre la crema. Servir con unos trocitos de nuez caramelizada, canela espolvoreada y astillas de canela como decoración.

🕒 90' | 👤 4 | € 3

COMENTARIOS DIETÉTICOS:

Entrante

He aquí la prueba de que una dieta saludable no está reñida con un sabor exquisito. ¿Sabía que los comités de nutrición insisten en que disminuyamos nuestro elevado consumo de cárnicos y derivados? No hay mejor manera de convencer al paladar que sirviendo en la mesa esta deliciosa sopa. Contiene productos del mar (merluza, rape, gambas y almejas) combinados con hortalizas (ajo, cebolla, puerro, zanahoria, tomate), cereales y aceite de oliva. Encaja a la perfección con lo que los expertos denominan dieta mediterránea: la que los estudios no paran de comprobar que aumenta nuestra calidad y esperanza de vida. Por cierto, si las rebanadas de pan son integrales sin sal, mejor que mejor.

Primer plato

El bacalao casi no tiene grasa. De hecho, desde el punto de vista nutricional, el bacalao destaca por lo que "no tiene". Tiene poca grasa saturada, la conocida popularmente como "grasa mala". Pese a que las autoridades en nutrición humana no gustan de dividir a los nutrientes entre buenos y malos, sí es cierto que el abuso de las grasas saturadas (frecuente en España) comporta diversos riesgos para la salud. Pero el bacalao también es rico en yodo (elemento imprescindible para la regulación del metabolismo), y en vitamina B12, que contribuye a la formación de los glóbulos rojos. Si se desea mejorar su perfil nutricional solo hay que sustituir la nata por leche desnatada (se puede ligar con facilidad con una cucharadita de harina).

Postre

Por su contenido en fibra dietética (nueces) y en calcio (frutos secos y leche), este postre presenta un valor añadido desde el punto de vista nutricional. Es un nutriente imprescindible para el buen funcionamiento del sistema digestivo, aunque también se ha relacionado con disminuir el riesgo de padecer ciertas enfermedades crónicas, como la diabetes. El calcio, por su parte, es un mineral necesario para la correcta formación de los huesos. Es cierto que el postre contiene azúcar, pero no se trata de una gran dosis: cada comensal consumirá tan solo unas dos cucharaditas de azúcar (unos 10 gramos), lo que se añadiría a un café. Sin embargo, la receta también contiene nata, rica en grasa, lo que aumenta de forma notable su valor calórico. Es por ello que se trata de un postre para ocasiones especiales y saborearlo así sin remordimiento alguno.

* Precios vigentes en EROSKI on line en el momento de edición de esta revista

Menú

4€ por persona*

NAVIDAD

COMENTARIOS DIETÉTICOS:

Entrante

El atún es uno de los pescados con mayor contenido en un tipo de grasa saludable denominada omega-3. Con un consumo semanal (no hace falta que sea diario) de este pescado, tomamos una notable cantidad de esta clase de grasa. Es necesaria para la función normal de nuestro cerebro y del mecanismo de la visión, del corazón e incluso de la presión arterial. Además, el atún en conserva aporta grasa omega-6 (del aceite), que ayuda también a prevenir y mejorar las enfermedades del corazón y de las arterias, las temidas patologías cardiovasculares.

Primer plato

Exquisita receta, a la que no se resistirá ni el más exigente de los paladares. Aunque se trata de un plato que tiene ciertos beneficios (es rico, por ejemplo, en hierro, que previene la aparición de anemias, entre otras muchas funciones), lo cierto es que la adición de manteca de cerdo hace que su aporte calórico aumente de forma considerable. Buena parte de las grasas que contiene la manteca de cerdo son del tipo saturadas, cuyo elevado consumo puede suponer un riesgo para la salud cardiovascular a medio o largo plazo. Es aconsejable servir la receta con pan integral (mejor si es "sin sal"), para mejorar su perfil nutricional y, sobre todo, para añadir algo de fibra dietética.

Postre

Una pequeña tentación de la que no conviene abusar si se padece exceso de peso o diabetes, pero que tampoco tiene sentido prohibir, mucho menos en fiestas. Se trata de un postre bastante calórico, debido al turrón, nata, azúcar y mantequilla, alimentos con una notable cantidad de energía. Un pequeño consejo: puede sustituir la leche entera por leche desnatada, y reemplazar la harina blanca por harina integral. Gracias a ello se reduce un poco el aporte de grasas e incrementa el aporte de fibra. Si se realiza deporte de forma habitual, las necesidades de ingesta energética son mayores, así que para poder permitir con mayor frecuencia pequeñas transgresiones dietéticas como la que presentamos, nada mejor que elevar la dosis de ejercicio.

Entrante

MOUSSE DE ATÚN SOBRE ARENA CRUJIENTE DE BACÓN, PAN Y MANDARINA



Ingredientes:

- 100 g de atún en conserva
- 2 huevos
- 70 ml de nata
- 10 g de mantequilla
 - Pimienta blanca
 - Una pizca de sal

Para la arena crujiente:

- 100 g de pan duro
- 50 g de bacón ahumado
- 1 mandarina
- 10 ml de aceite de oliva

Cómo se elabora:

Mezclar el atún escurrido con los huevos, la nata líquida, la pimienta blanca y la sal. Batir todo con la batidora. Se vierte el preparado en un molde previamente untado con mantequilla.

Se cuece al baño María durante 15 minutos. Después, se desmolda y se sirve templado sobre una tostada especial.

Tostar el pan y reservar. Freír el bacón en una sartén solo con su grasa. Se trituran ambos ingredientes con ayuda de un robot de cocina, hasta que quede como una arena seca.

Colocarla en la base del plato y sobre ella unos gajos troceados de mandarina junto con el mousse de atún y un hilito de aceite de oliva.



* Precios vigentes en EROSKI on line en el momento de edición de esta revista

Primer plato

PIERNA DE CORDERO LECHAL ASADO CON PATATITAS Y MANZANA REINETA



Ingredientes:

- 600 g de cordero lechal (pierna)
- 30 g de manteca de cerdo
- 100 ml de agua
- 1 limón
- 4 g de sal gruesa
- 200 g de patata
- 200 g de manzana reineta
- 2 dientes de ajo
- 30 ml de aceite de oliva
- 4 g de sal
- Una rama de tomillo

Cómo se elabora:

Untar con sal y manteca la pierna de cordero y hacer ligeros cortes sobre ella para que se reparta el calor. Colocar en la bandeja de horno, untada con una cucharada de manteca, un poco de agua y sal.

Introducir en el horno a temperatura suave (150° C) durante una hora.

Pasado ese tiempo, dar la vuelta a la pierna con los jugos. Agregar unas cucharadas de agua con limón y de nuevo introducir en el horno, durante 45 minutos, a temperatura un poco más fuerte (200° C) para que se dore.

En el momento de dar la vuelta al cordero, introducir una bandeja en la parte inferior del horno con patatas pequeñas (lavadas pero con piel), aliñadas con aceite de oliva y sal y unos trozos de manzana reineta (con piel) junto con el tomillo.

Servir el cordero asado con la guarnición de patatitas asadas con piel y manzana.



Postre

CREMOSO TURRÓN BLANDO SOBRE TULIPA DE ALMENDRAS TOSTADAS



Ingredientes:

- 150 g de turrón blando
- 200 ml de leche
- 100 ml de nata líquida
- 1 sobre de cuajada
- 30 g de azúcar

Tulipa de almendra:

- 50 g de mantequilla
- 50 g de clara de huevo
- 50 g de azúcar glas
- 50 g de harina
- Frutas rojas

Cómo se elabora:

Mezclar la leche con el azúcar y la piel del limón. Mientras tanto, batir la nata con el sobre de cuajada y el turrón blando. Añadir esta mezcla a la primera y calentar.

Dejar que el conjunto espese pero sin que llegue a hervir.

Verter el contenido en moldes tipo flanela (previamente caramelizados), tapar y dejar reposar a temperatura ambiente durante 4 horas.

Para elaborar las pastas tulipas, en primer lugar mezclar la mantequilla en pomada y el azúcar. Añadir la harina, la almendra en polvo y mezclar todo bien.

Batir las claras hasta que quede parecido al merengue y añadir con cuidado a la mezcla anterior. Extender una porción de la pasta con el dorso de una cuchara sobre la placa del horno engrasada.

Con un movimiento circular se extiende para que la capa quede lo más fina posible. Después, se hornea a 160° C durante unos 4 minutos, hasta que estén hechas y se sacan del horno.

Con una espátula se despegan y se colocan encima de un vasito para que cojan la forma al enfriarse. El proceso debe hacerse de manera rápida y organizada.

Cuando estén frías las tulipas y justo en el momento de servir, se desmolda el cremoso de turrón sobre la tulipa y se colocan las frutas rojas.



Menú

5€ por persona*

NOCHEVIEJA

COMENTARIOS DIETÉTICOS:

Entrante

Todo un sinfín de ventajas en una misma receta: fibra de los espárragos y vitaminas y minerales de los langostinos (como la vitamina B12 o el yodo). Pero hay algo más: ¿sabía que se aconseja que tomemos cada día un mínimo de dos raciones de hortalizas? Una ración equivale a 140-150 gramos de hortalizas en crudo y limpio, eso significa que este plato contiene una de ellas. Si quiere mejorar su perfil nutricional, disminuye a la mitad la mantequilla y añade 15 gramos de aceite de oliva.

Primer plato

El salmón es uno de los pescados con mejor fama para los dietistas-nutricionistas o los expertos en alimentación. Combina una alta cantidad de ácidos grasos omega-3 con una baja cantidad de mercurio, un metal pesado presente en otros pescados que también tienen omega-3. A estos ácidos grasos se les atribuyen muchos beneficios para la salud, sobre todo en la prevención de enfermedades crónicas, que no se observan si los nutrientes se consumen en forma de pastilla. Esta receta, además, combina el exquisito salmón con perlas de origen vegetal como el ajo, las espinacas, la cebolleta fresca y el aceite de oliva.

Postre

Seguro que sabe que esta receta no es recomendable para un consumo habitual, ya que aporta notables cantidades de grasas y azúcares, nutrientes relacionados con el riesgo (a largo plazo) de obesidad. Pero eso no significa que esté prohibida. Significa que debemos reservarla para un consumo ocasional, y que debemos entonces saber disfrutarla y compartirla con los seres queridos. Como los bombones no tienen licor, pueden saborearla sin problema tanto las embarazadas como los niños. De hecho, quien mejor se lo pasará elaborando esta receta son los más pequeños; una buena idea es invitarles a prepararla.

Entrante

VELOUTÉ TEMPLADA DE ESPÁRRAGOS CON LANGOSTINOS SALTEADOS Y ACEITE DE PIMIENTA



Ingredientes:

- 600 g de espárragos blancos frescos
- 250 g de langostinos
- 30 g de mantequilla
- 20 ml de aceite de oliva
- 30 g de harina
- 4 g de sal
- Una pizca de pimientas variadas

Cómo se elabora:

Limpiar y pelar los espárragos con ayuda de un pelador, desde el tallo hacia la punta.

Lavarlos en agua fría, atarlos y cocerlos en una cazuela con agua y un poco de sal durante unos 20 minutos. Los espárragos se han de mantener de pie con las puntas hacia arriba, sin que las yemas estén en contacto con el agua. Reservar el agua de cocción.

Trocear los espárragos, reservar las yemas y triturar junto con parte del caldo de cocción con la batidora el resto del espárrago hasta formar un litro de crema de espárrago.

Saltear los langostinos con piel en un cazo con un poco de mantequilla y aceite de oliva. Colar esta grasa y reservarla porque con ella se elabora la velouté, una salsa clara ligada con un roux. A continuación, pelamos los langostinos.

En una cazuela, se calienta la grasa aromatizada y se añade la harina. Remover para que no queden grumos. Agregar un poco del agua de cocción para que hierva. Después, verter el puré de espárragos, poner a punto de sal y sin que hierva batir de nuevo.

Servir templado en copa, decorado con las yemas de espárragos y las colas de langostinos.

Primer plato

SALMÓN EN COSTRA DE HOJALDRE SOBRE CAMA DE ESPINACAS



Ingredientes:

- 600 g de lomos de salmón
- 4 dientes de ajo
- 250 g de espinacas
- 100 g de cebolleta fresca
- 40 ml de aceite de oliva
- 4 g de sal
- Dos placas de hojaldre
- 1 huevo

Cómo se elabora:

Dorar los dos dientes de ajo. Retirar de la sartén y subir la intensidad del fuego. Cocinar los lomos de salmón durante 1 minuto por cada lado (dejando crudo el interior). Poner a punto de sal.

En el jugo que queda, saltear la cebolleta fresca cortada en finísima juliana y los dientes de ajo en fláminas. A continuación, agregar las espinacas limpias. Cocinar hasta que estén tiernas.

Colocar sobre una porción de hojaldre parte del salteado de espinacas (sin aceite) y el salmón. Cerrar con otra capa de hojaldre. Pintar la superficie del hojaldre con huevo batido y hornear a 200°C, con calor por arriba y abajo. Una vez dorado, los paquetes de hojaldre se sirven sobre una fina cama de salteado de espinacas.

Postre

MILHOJAS FRÍAS DE BOMBONES Y CEREALES



Ingredientes:

- 400 g de bombones variados sin licor
- 100 g de nata líquida
- 100 g de cereales azucarados de desayuno

Cómo se elabora:

En baño María, se disponen los bombones con la nata. Cuando estén a medio deshacer es el momento de preparar el milhoja.

Se forra un molde de plum cake con plástico film. Sobre la base, se coloca un poco de esta crema, se alisa y coloca un espolvoreado de cereales de desayuno triturados. Se deja enfriar y se añade otra capa de bombones y de cereales. Se prensa bien el molde, se tapa e introduce en la nevera a enfriar durante 1 hora.

Una vez solidificado, se desmolda y se corta en rodajas. Servir sobre un espolvoreado de cacao y trocitos de cereales.

* Precios vigentes en EROSKI on line en el momento de edición de esta revista



Menú

4,75€
por persona*

AÑO NUEVO

COMENTARIOS DIETÉTICOS:

Entrante

Los gambones nos aportan fósforo, un mineral que contribuye, junto con el calcio, a la conservación de la estructura ósea, pero también yodo (indispensable para el buen funcionamiento del sistema endocrino) e incluso hierro, archiconocido por su papel en la prevención de la anemia. La receta es rica, además, en una vitamina denominada niacina, y en un mineral, el potasio. La primera la necesitamos en muy pequeñas cantidades, pero es importante para numerosas funciones corporales, como el mantenimiento del estado de la piel o el correcto funcionamiento del sistema nervioso. El potasio, por su parte, contribuye al mantenimiento de la presión sanguínea en niveles normales, de los músculos y del sistema nervioso. El aguacate, una fruta con un alto valor nutricional, eleva el contenido en fibra dietética y grasa saludable de la receta.

Primer plato

Es una de las carnes con mayor cantidad de hierro, cuyo aprovechamiento en nuestro cuerpo es muy alto. Es un mineral deficitario en gran parte de la población. No obstante, el consumo frecuente de carnes rojas, como es el caso del solomillo, está desaconsejado. Esto se debe a que su ingesta habitual se ha relacionado en diversos estudios a un mayor riesgo de padecer ciertas enfermedades crónicas. El Fondo Mundial para la Investigación del Cáncer, una de las entidades con más prestigio en el ámbito de la salud pública, aconseja no superar los 500 gramos semanales de carne roja. Esta receta, en todo caso, aporta unos 160 gramos por comensal. Te aconsejamos acompañar la receta con pan integral (mejor si es sin sal) ya que contiene el doble de fibra dietética que el pan blanco.

Postre

Un postre al que nadie podrá negarse, pero que conviene reservar para ocasiones especiales, como sin duda es este día. Pese a contener fruta (el melocotón), se trata de fruta en almíbar, que aporta una cantidad muy superior de azúcar que la fruta fresca. Sabemos que resulta difícil resistirse a una tentación de este calibre, un truco para disfrutarlo con pocos remordimientos es planear un largo paseo una vez acabada la comida.

Entrante
**ENSALADA DE GAMBONES
CON AGUACATE
Y SALSA COCKTAIL**



Ingredientes:

- 100 g** de lechugas variadas
- 200 g** de aguacates
- 1** tomate natural
- 250 g** de gambones mandarina
- 1** de aceite de oliva virgen
- 50 ml** de aceite de oliva virgen
- Sal en escamas

Salsa cocktail:

- 200 g** de mayonesa
- 40 g** de kétchup
- Unas gotitas de zumo de naranja
- Unas gotitas de coñac
- Una pizca de sal

Cómo se elabora:

Cocer los gambones durante dos minutos, retirarlos y enfriar rápidamente en agua con hielo durante otros dos minutos. Una vez fríos, pelarlos y reservar.

Cortar los aguacates en rodajas y aliñar con un poco de aceite de oliva. Lavar las lechugas y los tomates, cortar y reservar. Pelar la mandarina y trocear los gajos.

En el fondo del plato, colocar la lechuga ligeramente aliñada con aceite y vinagre y añadir el aguacate y los gambones.

Aderezar con unas gotas de aceite y sal en escamas por encima. Terminar la presentación decorando con unos gajos de mandarina, el cebollino y la salsa cocktail. Para su elaboración, se mezclan la mayonesa y el kétchup. Se añaden unas gotas de zumo de naranja, coñac y la sal.



* Precios vigentes en EROSKI on line en el momento de edición de esta revista

Primer plato
**SOLOMILLOS CON CHUTNEY
DE PIÑA Y CRUJIENTE DE PATATA**



Ingredientes:

- 650 g** de solomillo de cerdo
- 1** diente de ajo
- 20 ml** de vino blanco de Jerez
- 40 ml** de aceite de oliva
- Una pizca de sal y pimienta rosa
- 200 g** de patata
- Aceite para freír las patatas
- 4 g** de sal

Chutney de piña:

- 200 g** de piña
- 50 g** de cebolla
- 1** limón
- Una rodajita de jengibre fresco
- Una pizca de pimienta cayena
- 20 ml** de vinagre de sidra
- 20 ml** de aceite de oliva
- Una pizca de sal
- 5 g** de azúcar

Cómo se elabora:

Sofreír el diente de ajo troceado. Antes de que se dore, agregar los solomillos de cerdo, salpimentados. Una vez dorados, bajar la temperatura del fuego, agregar el vino de Jerez, tapar la sartén y cocinar a fuego suave durante dos minutos. Retirar y dejar reposar.

Para el chutney de piña, se saltea la cebolla cortada en brounoisse (cuadrados pequeños) con la piña pelada y troceada también en dados. Cuando se doren, agregar el zumo de limón, el azúcar, un poco de jengibre fresco, una pizca de pimienta cayena y un poco de vinagre de sidra. Cocinar el conjunto a fuego suave durante una hora hasta que adquiera una consistencia de compota.

Pelar y cortar con una mandolina finas tiras de patata. Freír en una sartén con aceite de oliva caliente. A medida que se doren, se irán pegando unas con otras. Escurrir de la fritura y poner a punto de sal.

Cortar en medallones los solomillos y servirlo con el crujiente de patatas y el chutney de piña.



Postre
**BROWNIES DE CHOCOLATE
CON MELOCOTÓN EN ALMÍBAR**



Ingredientes:

- 100 g** de melocotón en almíbar
- 50 g** de cobertura de chocolate
- 50 g** de mantequilla
- 75 g** de azúcar
- 1** huevo
- 5 g** de azúcar glas
- 5 g** de harina
- 10 g** de mantequilla
- 250 g** de natilla de vainilla

Cómo se elabora:

Derretir al baño María el chocolate y la mantequilla. Añadir el azúcar y seguir mezclando hasta obtener una masa muy blanda. Incorporar a la mezcla los huevos, de uno en uno.

Tamizar y añadir la harina poco a poco. Escurrir los melocotones en almíbar y trocear en finas láminas. Volcar la masa de brownie en fuente de horno baja (5 centímetros de altura), untada de mantequilla y harina. Intercalar las láminas de melocotón. Cocinar durante 30 minutos en el horno precalentado a 150°C y una vez cuajado dejar enfriar ligeramente. Este tipo de pastel no es esponjoso, su textura es similar a una galleta gruesa.

Desmoldar, cortar en trozos y espolvorear con azúcar glass. Servir con la natilla de vainilla.

