

Vasito Cereza y Crumble

Receta para 10 vasitos

jordibordas

Receta personalizada para un paciente con Tirosinemia tipo 1:

PREPARACIÓN:

Preparar la compota de cereza y dosificar en 30 g en cada vasito. Gelificar en la nevera.
Preparar la mousse de cereza y dosificar 50 g sobre la compota. Gelificar en la nevera. Dosificar 20 g crumble sobre la mousse.

RECETAS:

Compota de cereza

290 g	Cerezas	88.80 %
32.6 g	Azúcar	10.00 %
3.9 g	Pectina Acid Free	1.20 %
300 g	Total	

Deshuesar las cerezas y pesar la cantidad indicada en la receta. Triturar con el túrmix. Mezclar el azúcar y la pectina.

Calentar el puré a 45°C en un cazo y añadir poco a poco la mezcla de azúcar, removiendo con unas varillas. Calentar a 80°C.

Enfriar a 50°C y dosificar 30 g en el fondo de los vasitos. Reservar en la nevera hasta que gelifique.

Mousse de cereza

429 g	Cerezas	79.00 %
109 g	Nata 35%	20.00 %
3.3 g	Pectina Acid Free	0.60 %
2.2 g	Goma garrofín	0.40 %
500 g	Total	

Montar la nata y reservar en la nevera.

Deshuesar las cerezas y pesar la cantidad indicada en la receta. Triturar con el túrmix.

Calentar el puré a 45°C en un cazo y añadir poco a poco la pectina y el garrofín, previamente mezclados, removiendo con unas varillas. Calentar a 80°C.

Enfriar a 30°C e incorporar la nata montada, mezclando suavemente con una espátula.

Dosificar 50 g sobre la compota de cereza y reservar en la nevera hasta que gelifique.

Crumble de castaña

57.8 g	Mantequilla 82%	24.00 %
57.8 g	Almidón de maíz	24.00 %
9.6 g	Agua	4.00 %
55.4 g	Azúcar	23.00 %
57.8 g	Harina de castaña	24.00 %
2.4 g	Sal	1.00 %
c.s.	Mantequilla noisette*	
200 g	Total	

Cortar la mantequilla a dados y mezclarla con el almidón y el agua en la batidora a primera velocidad con la pala, añadir el resto de ingredientes y mezclar hasta conseguir una textura homogénea.

Usando una rejilla como rallador, esparcir uniformemente sobre una bandeja con papel de horno y cocer a 140°C durante 20 minutos en el horno con el tiro abierto.

Dejar enfriar y cortar en dados de 1 x 1 cm aproximadamente. Mezclar suavemente con un poco de mantequilla noisette fundida y dosificar 20 g de crumble sobre la mousse de cereza.

Vasito Cereza y Crumble

Receta para 10 vasitos

jordibordas

*Mantequilla noisette: Poner mantequilla en un cazo y calentar hasta 150°C removiendo constantemente. Colar para quitar el poso.

COMPOSICIÓN POR RECETAS:

INGREDIENTES	RECETA	VALOR BIOLÓGICO	AZÚCARES	PROTEÍNA	GRASAS	EXTRACTO SECO	AGUA	Kcal/100g
COMPOTA DE CEREZA								
Cerezas	88,80%	BAJO	11,99%	1,15%	0,44%	14,47%	74,33%	57,72
Azúcar	10,00%	BAJO	10,00%	0,00%	0,00%	9,90%	0,10%	39,90
Pectina Acid Free	1,20%	BAJO	0,17%	0,08%	0,00%	1,20%	0,00%	0,72
TOTAL	100,00%		22,16%	1,23%	0,44%	25,57%	74,43%	98,34
MOUSSE DE CEREZA								
Cerezas	79,00%	BAJO	10,67%	1,03%	0,40%	12,88%	66,12%	51,35
Nata 35%	20,00%	ALTO	0,58%	0,44%	7,02%	8,02%	11,98%	67,20
Pectina Acid Free	0,60%	BAJO	0,08%	0,04%	0,00%	0,60%	0,00%	0,36
Goma Garrofin	0,40%	BAJO		0,02%	0,00%	0,34%	0,06%	1,33
TOTAL	100,00%		11,33%	1,52%	7,42%	21,84%	78,16%	120,24
CRUMBLE DE CASTAÑA								
Mantequilla 82%	24,00%	BAJO	0,07%	0,19%	19,68%	20,16%	3,84%	178,56
Almidón de maíz	24,00%	MEDIO	0,00%	0,07%	0,12%	22,80%	1,20%	85,20
Agua	4,00%	BAJO	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00
Azúcar	23,00%	BAJO	16,10%	0,00%	0,00%	22,77%	0,23%	91,77
Harina de castaña cruda	24,00%	MEDIO	1,04%	0,77%	0,84%	22,80%	1,20%	89,28
Sal	1,00%	BAJO				1,00%	0,00%	0,00
TOTAL	100,00%		17,21%	1,03%	20,64%	89,53%	6,47%	444,81

COMPOSICIÓN POR VASITO DE 100 g:

INGREDIENTES	RECETA	AZÚCARES	PROTEÍNA	GRASAS	EXTRACTO SECO	AGUA	Kcal / 100g
Crumble de castaña	20 g	3,44 g	0,21 g	4,13 g	17,91 g	1,29 g	88,96
Mousse de cereza	50 g	5,66 g	0,76 g	3,71 g	10,92 g	39,08 g	60,12
Compota de cereza	30 g	6,65 g	0,37 g	0,13 g	7,67 g	22,33 g	29,50
TOTAL	100 g	15,75 g	1,34 g	7,97 g	36,50 g	62,70 g	178,58

TOTAL DE PROTEÍNAS POR VASITO:

ALTO VALOR BIOLÓGICO		MEDIO VALOR BIOLÓGICO		BAJO VALOR BIOLÓGICO	
Nata	0,22%	Harina de castaña	0,15%	Azúcar 1	0,00%
TOTAL	0,22%	Almidón de maíz	0,01%	Azúcar 2	0,00%
		TOTAL	0,17%	Mantequilla	0,04%
				Sal	0,00%
				Cerezas 1	0,51%
				Cerezas 2	0,35%
				Garrofin	0,01%
				Pectina 1	0,01%
				Pectina 2	0,02%
				TOTAL	0,94%