Tarta de queso con mermelada de mora y pera

Ingredientes para 8 personas

1. 1 tarrina (aprox) Queso fresco (tipo philadelphia)
2. 60 gr Mantequilla
3. 150 gr Azúcar
4. 1cda Harina
5. 3 Huevos
6. 25-30 Galletas

Pasos

- Machacar las galletas y mezclar con la mantequilla derretida. Quedarán grumos apelmazados. Reservar
- Batir las claras de los huevos a punto de nieve. Reservar
- En un bol mezclar bien las yemas, el azúcar, la harina y el queso fresco.
- Añadir las claras a punto de nieve y mezclar despacio y con cuidado.
- Engrasar y enharinar el molde que se vaya a utilizar.
  Colocar la mezcla de galletas y mantequilla en el fondo del molde. Compactarla apretando de forma que cubra todo el molde. Será la base de la tarta. Intentar dejarla lo más uniforme posible.
- Añadir la mezcla encima de nuestra base de galletas e introducir en el horno precalentado. Unos 25 -30 minutos a 180 grados.
- Sabremos que ya está hecha si la pinchamos con un palillo y sale limpio.
  No la saquéis directamente del horno, lo normal es que se desinfle un poco, pero cuanto menos contraste haya de temperatura mejor.
- Desmoldar cuando esté fría.
  Cubrir la superficie de la tarta con una buena capa de mermelada de mora.
- La mermelada la podéis comprar o la podéis hacer vosotros mismos.

Fuente: cookpad

fresana
CULTIVA TU SALUD

Empanadillas crujientes de espinacas, huevo y arándanos

Ingredientes

- 12 obleas de empanadilla
- 200 gr. de queso manchego
- 250 gr. de espinacas
- 2 huevos cocidos
- 80 g de arándanos deshidratados
- Un par de cucharadas de ajonjolí (sésamo)

Pasos

- Hidrata los arándanos secos en un cuenquito con agua templada durante 1/2 hora.
- Escalda las espinacas en un cazo con agua hirviendo con un pellizco de sal. Escúrrelas y pícalas finamente.
- Mezcla las espinacas con el huevo picado y los arándanos escurridos.
- Pica finamente un diente de ajo y saltéalo junto con la mezcla de espinacas y huevo, en una sartén con un poco de aceite.
- Extiende las obleas, rellénalas con la mezcla y pon en cada una un par de trocitos de queso.
- Ciérralas presionando todo el borde con un tenedor.
- Pinta las empanadillas con huevo batido y espolvorea sobre ellas semillas de ajonjolí (sésamo)
- Hornea a 190ºC-200ºC durante 15 minutos o hasta que estén doradas.
- Sírvelas con tu salsa favorita o con una ensalada.

Fuente: recetin

Bomba helada de grosella y frambuesa

Ingredientes

- 4 yemas de huevos
- 600ml leche
- 50gr azucar
- 100ml nata medio montada
- 100ml licor de grosella
- 1 mermelada de frambuesa
- 3 claras de huevo
- 2 cucharadas kirsch (opcional)

Pasos

- Mezclar las yemas de huevo con el azúcar hasta obtener una masa blanquecina.
- Añadir leche y cocer al baño maría hasta espesar.
- Enfriar y cuando este frío añadir la nata y el licor de grosella.
- Congelar hasta que se ponga duro.
- Sacar y llenar la parte inferior de un bol de 1 litro a 1 litro y medio.
- Introducir otro bol o vaso en el centro para que el helado suba por las paredes del bol grande.
- Ponerlo en el congelador y dejarlo durante unas 4 horas hasta conseguir que esté totalmente congelado.
- Mezclar con cuidado la mermelada con las claras a punto de nieve y el kirsch si se quiere.
- Retirar el bol pequeño del centro y rellenar el agujero con la mezcla.
- Volver a congelar 2 o 3 horas.

Fuente: todas las recetas

fresana
CULTIVA TU SALUD

Tortitas de avena y bayas de Goji

Ingredientes

- 120 gr. copos de avena integral (10 cdas. aprox.)
- 1 cda. colmada de bayas de goji
- 200 ml. de clara de huevo
- 70-80 ml. de agua o leche
- stevia al gusto (opcional)

Pasos

- Mezclamos en un bol todos los ingredientes. Batimos bien y dejamos reposar unos 3 minutos.
- Engrasamos una sartén con un poco de aceite de coco (oliva en su defecto) y la calentamos a fuego medio. Cuando esté caliente vertemos un poco de la mezcla ayudándonos de un cazo si hace falta dejando una capa uniforme.
- Damos la vuelta en cuanto veamos que se está cuajando.
- Servir las tortitas con lo que más nos guste… fruta, yogur, sirope etc.

Fuente: fitfoodmarket

fresana
CULTIVA TU SALUD

Tarta de merengue y uvas espina

Ingredientes:

- 6 yemas de huevo
- 150gr. de azúcar
- 6 claras de huevo
- 120gr. de harina
- 0gr. de fécula
- 50gr. de almendras peladas ralladas
- 50gr. de mantequilla
- 150gr. de masa cruda de mazapán
- 2 copitas de licor de ron (4cl.)
- 2 cucharadas de azúcar en polvo
- 4 cucharadas de agua
- 500gr. de uvas espinas
- 4 cucharadas de azúcar
- 1/8.L.de agua
- 4 claras de huevo
- 170gr.de azúcar
- el interior de media vaina de vainilla
- 100gr.de almendras en láminas tostadas
- Para el molde: mantequilla o margarina.

Pasos:

- Untar un molde desmontable de 26 cm. de diámetro, batir las yemas con un tercio del azúcar hasta obtener una mezcla espumosa. Batir las claras a punto de nieve, agregar despacio el azúcar restante y mezclarlo con las claras montadas. Mezclar la harina con la fécula y la almendra rallada. Incorporar de abajo arriba las claras montadas a la mezcla de yemas y luego agregar la mezcla de harina. Derretir la mantequilla y agregarla templada a la masa. Verter la masa en el molde, y cocer este fondo de tarta 25-35, minutos a 180ºC. Volcarlo sobre una rejilla para que se enfríe. Dejarlo reposar un mínimo de 2 horas, dividirlo horizontalmente.
- Mezclar la masa de mazapán con el ron, el azúcar en polvo y el agua hasta obtener una masa homogénea. Extenderla sobre fondo inferior de la tarta y colocar encima el otro trozo de bizcocho.
- Mezclar el azúcar con el agua, llevar a ebullición, echar las uvas, tapar y rehogar a fuego suave 10 minutos. Echarlas en un colador para que se escurran. Batir las claras con el azúcar a punto de nieve muy firme, incorporar la vainilla, cubrir la tarta con las uvas reservar 16 de ellas para adornar.
- Poner sobre la tarta una capa gruesa de merengue, y meter el merengue restante en una manga pastelera con boquilla estrella. Calentar el horno a 250ºC. Con la manga pastelera formar desde el centro de la tarta hacia el borde 16 guirnaldas de merengue terminando cada una en una roseta. Tostar ligeramente el merengue en la altura media del horno, poner en cada roseta de merengue una roseta una uva y adornar la superficie lateral con las láminas de almendra tostadas.

Fuente: pazymarquez.blogspot

fresana
CULTIVA TU SALUD