

# Postre de requesón

## INGREDIENTES

- 400 G DE REQUESÓN.
  - 300 G DE AZÚCAR.
  - 4 HUEVOS.
  - 1 DL DE LECHE.
  - 1 CUCHARADA DE MANTEQUILLA.
  - LA RALLADURA DE 1 LIMÓN.
- PARA LA COBERTURA:
- 1 CUCHARADA DE AZÚCAR.
  - 1 CUCHARADITA DE CANELA MOLIDA.

Dificultad: ..... Fácil  
Precio: ..... Económico  
Calorías: ..... Medio  
Comensales: ..... 6/8

## PREPARACIÓN

- Precalentar el horno a temperatura media.
- Untar con mantequilla una cazuela de barro redonda y plana.
- En un cuenco echar la leche, agregar el azúcar y la ralladura de cáscara de limón y remover hasta que el azúcar se haya disuelto. Añadir el requesón y mezclar bien.
- Aparte, batir los huevos e incorporar a la mezcla anterior, removiendo continuamente con una cuchara de madera hasta que los ingredientes queden bien mezclados.
- Verter en la cazuela, meter en el horno y hornear durante una hora y media aproximadamente.
- Sacar del horno y dejar que se enfríe. Espolvorear por encima la mezcla de azúcar y canela y servir en la misma cazuela.





# Crepes con crema de guisantes

## INGREDIENTES

- 100 G DE HARINA.
- 1 VASO DE LECHE.
- 2 HUEVOS.
- 3 CUCHARADITAS DE ACEITE DE OLIVA.
- SAL.

### PARA LA CREMA DE GUISANTES:

- 200 G DE GUISANTES CONGELADOS.
- 1 CEBOLLA.
- 4 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA.
- 4 CUCHARADAS DE NATA LÍQUIDA.
- 1/4 L DE CALDO DE VERDURAS.
- 8 HOJAS DE MENTA FRESCA.
- UNA PUNTA DE LAUREL.
- 1 CUCHARADITA DE AZÚCAR.
- SAL Y PIMIENTA.

### PARA DECORAR:

- VARIAS ALMENDRAS LAMINADAS.

## PREPARACIÓN

- Para elaborar los crepes, mezclar en la batidora todos los ingredientes, colar y dejar reposar unos minutos.
- Verter un poco de masa en el plato o bandeja doradora, cubriendo sólo la parte antiadherente, y meter en el microondas, al 100% de potencia, hasta que empiecen a despegarse los bordes. Sacar del horno, pues en el microondas sólo se hace la crepe por un lado, y volcarla sobre un plato. Repetir la misma operación con el resto de la masa.
- Para preparar la crema de guisantes, poner la cebolla junto con el aceite en un recipiente, tapar y meter en el microondas, durante 5 minutos, al 100% de potencia. Agregar los guisantes, la menta, el laurel, el azúcar, la sal y la pimienta, tapar y meter de nuevo en el horno, durante 15 minutos, al 100% de potencia. Sacar y triturar en la batidora junto con el caldo de verduras, verter en un recipiente, tapar y volver a meter en el microondas, durante 3 minutos, al 100% de potencia. Sacar, añadir la nata, mezclar y rectificar de sal y pimienta si se considera necesario.
- Servir las crepes junto con la crema de guisantes y las almendras laminadas espolvoreadas por encima.

Dificultad: ..... Media  
Precio: ..... Medio  
Calorías: ..... Medio  
Comensales: ..... 4

Si han sobrado algunas crepes, se pueden rellenar con crema de limón y servir como postre. Para preparar la crema, batir 3 huevos con 1 vaso de azúcar, la ralladura de 1 limón y 1 cucharada de Maizena. Añadir, después, 1 vaso de agua y el zumo de 1 limón, verter en un recipiente, tapar y meter en el microondas, durante 3 minutos, al 70% de potencia. Sacar, batir de nuevo, tapar e introducir en el horno otros 3 minutos. Sacar y batir nuevamente la crema antes de rellenar con ella las crepes.

# Pastel de espinacas

FUERROS Y CALABAZA

## INGREDIENTES

- 400 DE CALABAZA.
- 400 G DE PUERROS.
- 500 G DE ESPINACAS.
- 6 HUEVOS.
- 1 DIENTE DE AJO, PELADO Y PICADO FINAMENTE.
- 1 VASITO DE CREMA DE LECHE.
- NUEZ MOSCADA.
- ACEITE DE OLIVA.
- SAL.
- PIMIENTA RECIÉN MOLIDA.
- LÁMINAS DE PAN DE ÁNGEL.

Dificultad: ..... Media  
Precio: ..... Medio  
Calorías: ..... Medio  
Comensales: ..... 4/6

## PREPARACIÓN

- Cortar la calabaza en rebanadas y hornear. Cuando estén en su punto, sacar del horno, pelar, trocear y reservar.
- Mientras, cortar, limpiar, lavar y cocer las espinacas al vapor. Sazonar con aceite, sal y pimienta y reservar.
- Después, limpiar, lavar y partir en redondeles los puerros. Cocer al vapor, rehogar con un poco de aceite y el diente de ajo picado y reservar.
- Batir los huevos junto con la crema de leche y añadir un tercio de la mezcla a la calabaza, otro a las espinacas y otro a los puerros. Triturar por separado cada una de las verduras y sazonar la crema de calabaza con una pizca de nuez moscada.
- Verter cada una de las cremas de verdura en un molde alargado, separándolas entre sí con láminas de pan de ángel.
- Introducir en el horno, previamente calentado a 180°, y cocer al baño María hasta que el pastel haya cuajado.
- Sacar del horno, dejar que se enfríe y desmoldar.

