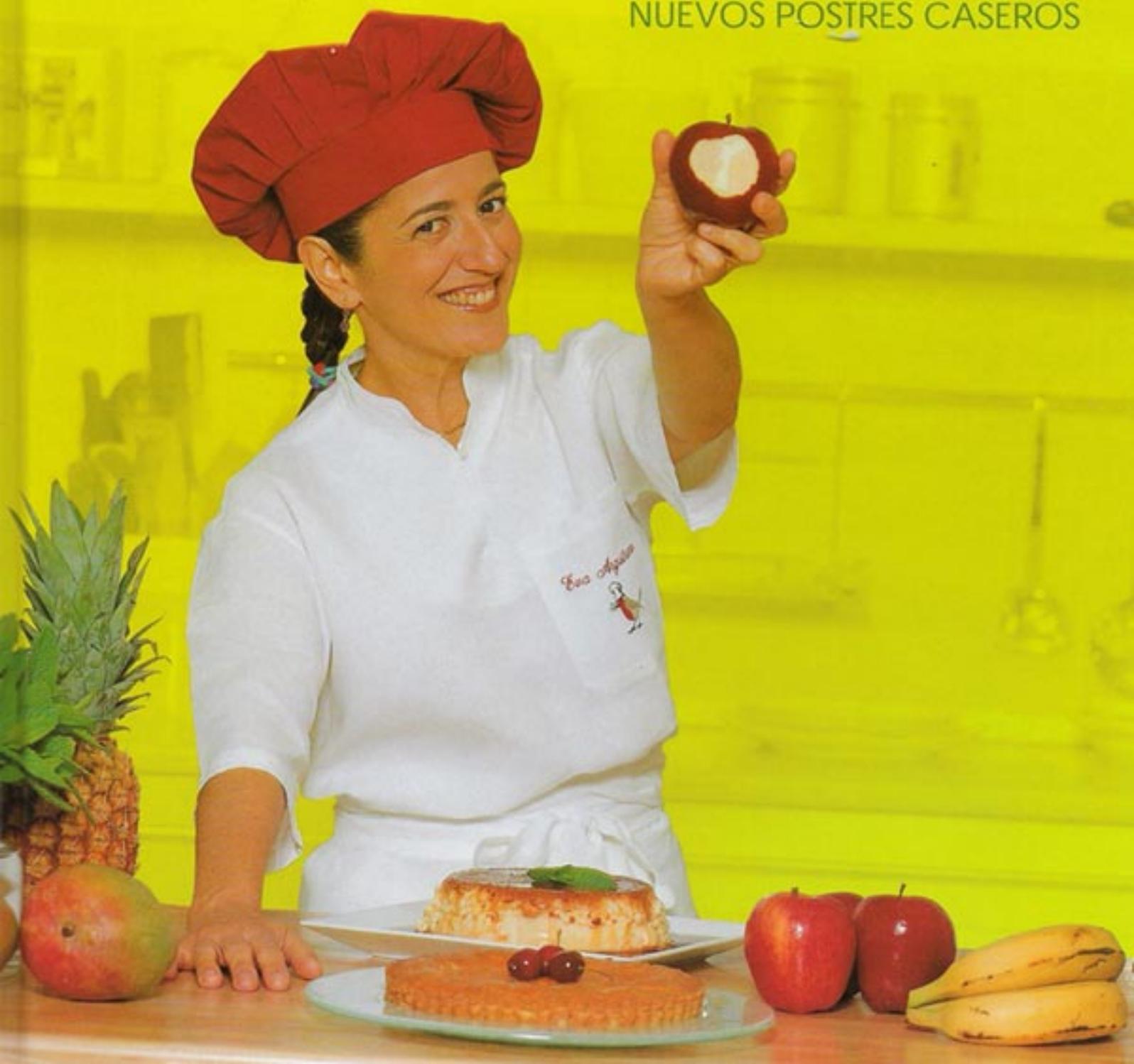


Las Tentaciones de  
*Eva Arguiñano*

NUEVOS POSTRES CASEROS







# Sumario

Arroz con leche .....	6	Crepes suzette .....	54
Bavarois de primavera .....	8	Churros .....	56
Bizcochitos de pasas .....	10	Delicias de almendra .....	58
Bizcocho a la naranja .....	12	Diplomatico de plátanos .....	60
Bizcocho de yogur y manzana .....	14	Empanada de frutas .....	62
Bombas de mermelada .....	16	Engañamaridos .....	64
Brazo gitano de plátano .....	18	Espuma de fruta .....	66
Buñuelos de piña .....	20	Espuma de pacharán .....	68
Cañas de crema .....	22	Felipe madrileño .....	70
Capricho Marijo .....	24	Flan de arroz con salsa de fresas .....	72
Caricias de limón .....	26	Flan de chocolate amargo .....	74
Cesta de fresas y plátano .....	28	Flan de frutas rojas .....	76
Cigarrillos .....	30	Flan de plátano familiar .....	78
Cisnes de verano .....	32	Fritos dulces .....	80
Compota de peras al horno .....	34	Galletas de jengibre .....	82
Copa Aritzaga .....	36	Gelatina de melón con sopa de sandía .....	84
Copa canaria .....	38	Helado de café .....	86
Copa tentación .....	40	Helado de miel .....	88
Crema de chocolate con almendras .....	42	Helado de yogur con sopa de fresas .....	90
Crema de naranja .....	44	Intxaursalsa .....	92
Crema de naranjas con hojas de chocolate .....	46	La galleta .....	94
Crema quemada de café .....	48	Leche frita .....	96
Crepes de manzana y nata .....	50	Lenguas de gato dos gustos .....	98
Crepes soufflé .....	52	Manzana acaramelada con crema pastelera .....	100

Manzanas con gabardina.....	102
Melón y plátano con jengibre.....	104
Milhojas de crema de miel.....	106
Morcilla dulce.....	108
Mousse de caramelo y natillas.....	110
Mousse de uva.....	112
Naranjas soufflé.....	114
Natillas con avellanas.....	116
Palmeras.....	118
Pastel de arroz y plátanos.....	120
Pastel de cerezas.....	122
Pastel de ciruelas con chocolate.....	124
Pastel de crepes con plátano.....	126
Pastel de vinagre.....	128
Pastel vasco.....	130
Piña asada.....	132
Plátanos en buena compañía.....	134
Plátanos al horno con queso.....	136
Plátanos dorados.....	138
Postre de Navidad.....	140
Pudín de ciruelas pasas.....	142
Queso de almendras.....	144
Queso de galletas.....	146
Rollitos de manzana y plátano.....	148

Rosquetes de canela.....	150
Rosquillas de leche.....	152
Sebadas.....	154
Sopa con helado de plátano.....	156
Sopa de coco con barquillo.....	158
Sopa de chufas con helado de pistacho.....	160
Sopa de frutas.....	162
Soufflé arco iris.....	164
Tarta de calabaza.....	166
Tarta de cuajada.....	168
Tarta de fresas y nueces.....	170
Tarta de hojaldre "bicolor".....	172
Tarta de Iker y Alan.....	174
Tarta de naranja y kiwi.....	176
Tarta de plátano a la menta.....	178
Tarta de requesón.....	180
Tarta de uvas.....	182
Tarta veteada de nueces y cacao.....	184
Timbal de peras.....	186
Tortilla Alaska de chocolate.....	188
Tortilla de plátano.....	190
Tortitas de castañas.....	192
Trufa con hielos de menta.....	194
Tulipas con macedonia de invierno.....	196
Zuccotto.....	198

## Ingredientes



1 litro de leche  
1/4 de litro de nata  
115 g de arroz  
100 g de azúcar  
6 ramas de canela  
2 trozos de corteza de limón

### Para el merengue

3 claras de huevo  
3 cucharadas de azúcar

### Para decorar

frambuesas, hojas de menta

## Elaboración

En una cazuela pon a cocer la nata, la leche, las ramas de canela, las cortezas de limón y el arroz. Remueve cada 4-5 minutos. Cuando esté casi hecho incorpora el azúcar, mezcla bien y deja cocer un poco más. Retira las ramas de canela y deja enfriar.

Para el merengue, con una batidora eléctrica de varillas monta las claras; cuando estén montadas, añade el azúcar y sigue batiendo hasta que se disuelva.

Sirve el arroz en cuencos individuales y encima una cucharada de merengue. Gratina hasta que se dore.

Adorna con unas hojas de menta y unas frambuesas.



Cuece la nata, la leche, la canela, las cortezas de limón y el arroz.



Cuando esté casi hecho incorpora el azúcar, mezcla bien y deja cocer un poco más.



Sirve el arroz en cuencos individuales.



Y encima una cucharada de merengue.

## Consejo de Eva

*Cuando termines la cocción del arroz con leche conviene retirar el limón y la canela. Si cayesen trozos de limón y permaneciesen varias horas en el frigorífico se apreciaría un ligero sabor amargo en gran parte del arroz con leche.*



# Bavarois de primavera

## Ingredientes



Para el almibar:  
200 ml de agua  
200 g de azúcar

1 sobre de gelatina en polvo

Para la crema inglesa avainillada:

1/2 litro de leche  
1 vaina de vainilla  
100 g de azúcar

6 yemas de huevo

1 sobre de gelatina en polvo

Para la crema de frambuesas:

200 g de frambuesas  
150 g de azúcar

1/2 litro de nata montada  
mantequilla

## Elaboración

Para el almibar, pon el agua y el azúcar a calentar. Remueve hasta disolver el azúcar y deja hervir hasta tener la densidad deseada. Agrega la gelatina (reserva un poco) disuelta en agua y mezcla. Para la crema inglesa, pon a calentar la leche (reserva un poco) con la vainilla y el azúcar. Aparte, mezcla la leche reservada con las yemas. Vierte esta mezcla en la leche hervida y cocina a fuego lento durante 5 minutos, removiendo hasta que espese y teniendo cuidado de que no hierva. Retírala del fuego y deja enfriar, apartando la vainilla. Agrega la gelatina, pásala a un bol y déjala enfriar. Pon las frambuesas con el azúcar en un cacito y cocina a fuego lento durante 20 minutos. Añade la gelatina reservada del almibar. Cuela y deja enfriar. Cuando el almibar esté tibio mézclalo con el puré de frambuesas. Cuando la crema inglesa y la de frambuesas estén frías y empiecen a cuajarse incorpora la mitad de la nata montada a cada una. Unta un molde con mantequilla y rellénalo, alterna por capas. Introduce en el congelador 20-30 minutos, hasta que cuaje. Desmolda y decora.



Para el almibar, pon a calentar el agua y el azúcar en un cazo.



Aparte, mezcla la leche reservada con las yemas.



Cuando el almibar esté tibio mézclalo con el puré de frambuesas.



Rellena un molde de corona untado con mantequilla y alterna las dos cremas por capas.

## Consejo de Eva

Las frambuesas son frutos frágiles que se alteran rápidamente, por ello debes elegir las de color rojo intenso, que se vean firmes y que no estén ni aplastadas ni mojadas. Las frambuesas se suelen vender en cajitas. No compres las cajas de frambuesas que tengan líquido en la parte inferior, bajo el celofán, ya que supone que las de abajo se han roto y no están en condiciones.



# Bizcochitos de pasas

## Ingredientes



- 1 huevo
- 1/4 de taza de azúcar
- 1 1/2 taza de harina
- una pizca de sal
- 1 sobre de levadura
- 3/4 de taza de leche
- 1/4 de taza de mantequilla
- 1/2 taza de pasas de Málaga

Para decorar  
azúcar glas  
hojas de menta

## Elaboración

En un bol monta bien el huevo con el azúcar. Agrega la mantequilla derretida poco a poco, una pizca de sal y la leche, sin dejar de batir. Mezcla la harina con la levadura e incorpórala a la masa anterior. Añade las pasas (remojadas en agua desde la víspera) sin pepitas y troceadas.

Echa la pasta resultante en moldecitos hasta llenar 2/3 de su capacidad. Hornea a 180° durante 15 minutos. Retíralos del horno, deja que se enfríen y espolvoréalos con azúcar glas. Sirve en el centro del plato un bol con uvas pasas y alrededor coloca los bizcochitos. Decora con una ramita de menta.



Monta el huevo con el azúcar. Agrega la mantequilla, sal y la leche.



Mezcla la harina con la levadura e incorpórala a la masa anterior. Añade las pasas.



Echa la pasta resultante en moldecitos.



Retira del horno, deja que se enfríen y espolvoréalos con azúcar glas.

## Consejo de Eva

La uva pasa es el fruto arrugado obtenido por desecación de la uva, de la que se evapora gran parte de su agua. Su sabor es extraordinariamente dulce y constituye un alimento muy adecuado para todas aquellas personas que tienen que realizar un esfuerzo físico prolongado.



# Bizcocho a la naranja

## Ingredientes



3 huevos  
250 g de azúcar  
250 g de harina  
una pizca de levadura  
1/4 de vaso de leche  
1/4 de vaso de aceite de oliva  
virgen extra  
un chorrito de vino dulce  
una pizca de canela  
un vaso de zumo de naranja  
ralladura de 1 limón  
y de 1 naranja  
harina  
azúcar glas

## Elaboración

En un bol y con una batidora de varillas monta los huevos con el azúcar reservando 1 cucharada (si no dispones de batidora monta a mano las claras y yemas por separado y luego mezcla). Añade la ralladura de limón y mezcla con cuidado. Vierte la leche, el aceite y el vino dulce. En otro bol mezcla la harina con la levadura y la canela. Tamízalo y añade a la preparación anterior, mezclando con suavidad. Pon esta masa en un molde previamente untado con mantequilla y espolvoreado con harina. Hornea a 165° durante 30 minutos. Mientras, pon a calentar en una cazuela el zumo de naranja con una cucharada de azúcar y la ralladura de corteza de naranja. Desmolda el bizcocho, báñalo con la mezcla anterior y espolvoréalo con azúcar glas.



Monta los huevos con el azúcar, vierte la leche, el aceite y el vino.



En otro bol mezcla la harina con la levadura y la canela.



Pon esta masa en un molde previamente untado con mantequilla y espolvoreado con harina.



Calienta el zumo de naranja con una cucharada de azúcar y la ralladura de naranja.

## Consejo de Eva

*Para que el bizcocho esponje y no pierda después volumen es fundamental que las claras y yemas estén debidamente montadas. Tamizar la harina hará que quede mucho más esponjoso.*



# Bizcocho de yogur y manzana

## Ingredientes



3 huevos

2 medidas de yogur de azúcar

1 yogur de limón

1 medida de yogur de aceite

de oliva virgen extra

ralladura de limón

chocolate rallado

3 medidas de yogur de harina

1 sobre de levadura en polvo

1 manzana, mantequilla

**Para decorar**

nata montada, frambuesas,

azúcar glas, hojas de menta,

virutas de chocolate.

## Elaboración

Pon los huevos y el azúcar en un bol. Bate bien y añade el yogur. Después el aceite, poco a poco, sin dejar de batir. Una vez bien batido, añade una pizca de ralladura de limón y un poco de chocolate rallado.

Mezcla la harina con la levadura y añadela después a la masa. Junta todo bien con la ayuda de una varilla.

Pon la mezcla en un molde untado con mantequilla. Coloca encima de la masa la manzana cortada en tacos e introduce en el horno, a 160°, durante 35 minutos.

Desmolda en frío. Decora con nata montada, azúcar glas, unas frambuesas, virutas de chocolate y unas hojas de menta.



Bate bien la mezcla y añade la ralladura de limón.



Mezcla la harina con la levadura y añadela después a la masa.



Coloca encima de la masa la manzana cortada en tacos e introduce en el horno.



Desmolda en frío.

## Consejo de Eva

Si al terminar el bizcocho te das cuenta de que la base está muy dura y seca, sólo tienes que hacer un pequeño agujero en la superficie y echarle un poco de licor o de zumo natural. Así quedará mucho más jugoso.



# Bombas de mermelada

## Ingredientes



225 g de harina  
50 g de azúcar glas  
4 cucharadas de leche  
2 cucharaditas de levadura  
seca  
una pizca de sal  
50 g de mantequilla blanda  
1 huevo grande  
mermelada de fresa  
1/2 jarrita de agua  
aceite de oliva virgen extra  
azúcar glas

## Elaboración

Remoja la levadura con dos cucharadas de leche para que se deshaga. Ayúdale con una cuchara.

En un bol pon la harina, una pizca de sal y el azúcar glas. Amasa a mano. Añade el huevo, la levadura, 2 cucharadas de leche y la mantequilla a punto de pomada. Sigue amasando. Si la masa estuviera muy dura agrega 1/2 jarrita de agua. Divide la masa en doce partes. Trábalas con las manos enharinadas, haciendo una bola con cada una. Hazles un agujero en el centro, rellénalas con una cucharada de mermelada y ciérralas. Colócalas en una placa sobre papel antiadherente y tápalas con plástico transparente. Déjalas reposar durante unos 45-60 minutos para que al fermentar alcancen el doble de tamaño. Pon aceite abundante a calentar en una sartén. Cuando esté bien caliente, fríelas. Sácalas a un papel absorbente o secante para escurrir el aceite sobrante. Espolvorea con azúcar glas.



Remoja la levadura con dos cucharadas de leche para que se deshaga.



En un bol amasa la harina con la sal, el azúcar, el huevo, la levadura, la leche y la mantequilla.



Rellena las bolas de masa con una cucharada de mermelada.



Fríelas en aceite bien caliente.

## Consejo de Eva

*Cuando hagas bombas, puedes añadir cualquier tipo de grasa pero la mejor es la mantequilla, ya que dará como resultado una masa más blanda, tierna y de sabor más delicado.*



# Brazo gitano de plátano

## Ingredientes

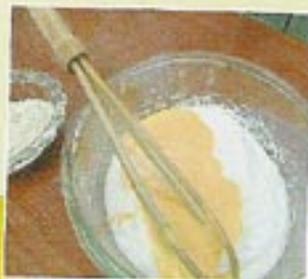


- 4 cucharadas de harina
- 4 huevos
- 4 cucharadas de azúcar
- 1/2 cucharada de levadura en polvo
- 1/2 litro de nata montada
- 2 plátanos

## Elaboración

Para el bizcocho, monta las claras a punto de nieve, añadiéndoles 3 cucharadas de azúcar al final, cuando hayan subido. Monta después las yemas con una cucharada de azúcar. Mezcla las claras y las yemas montadas. Añade la harina con la levadura y sigue removiendo con mucha suavidad hasta que esté bien mezclado. Cubre una placa de horno con papel de parafina. ~~Esparce bien la~~ ~~masa sobre el papel de horno de forma uniforme hasta conseguir una~~ ~~capa fina. Hornea a 160° durante 30 minutos~~

~~Para el relleno, pela y corta los plátanos en trozos pequeños y tritúralos bien con la batidora. Mezcla el puré de plátano con la mitad de la nata montada y pon el resto en una manga pastelera y reserva.~~ ~~Esparce el relleno del papel de parafina. Extiende sobre él la mezcla de plátano y nata y enróllalo bien. Decora el brazo gitano con la nata montada que habías reservado en la manga pastelera.~~



Mezcla las claras y las yemas montadas.



Esparce bien la masa sobre el papel de horno de forma uniforme.



Corta los plátanos en trozos pequeños y tritúralos bien.



Extiende sobre el bizcocho la mezcla de plátano y nata y enróllalo bien.

## Consejo de Eva

A la hora de hornear el brazo de gitano deberá quedar hecho pero no demasiado. Después de horneado, colócalo en un paño bien limpio y húmedo, enróllalo y desenróllalo para que quede más elástico.



# Buñuelos de piña

## Ingredientes



2 lonchas de piña

Para la franchipán

1/4 de litro de leche

1 vaina de vainilla

40 g de harina

1 cucharada de azúcar

1 yema, 1 huevo

2 almendrados secos

Para la pasta

80 g de harina

1 cucharada de azúcar

100 ml de cava

30 g de mantequilla derretida

1 huevo, sal

aceite de oliva virgen extra

azúcar glas

## Elaboración

Para la pasta, mezcla la harina, una pizca de sal y el azúcar. Vierte el cava poco a poco. Agrega la mantequilla y la yema de huevo (reserva la clara). Mezcla y deja reposar. Corta la piña en rodajas. Divide cada una en cuartos, separa la corteza y el corazón y trocea. Reserva.

Para la franchipán, pon la leche (reserva un poco) con la vainilla al fuego. Mezcla la harina con el azúcar, vierte la leche reservada y sigue batiendo. Agrega la yema y el huevo. Cuando la leche esté caliente añade un poco a los huevos, mezcla bien y vuelca todo a la cazuela. *Incorpora los almendrados desmigados y remueve hasta que espese.* Vierte la mitad de la crema sobre una placa de horno forrada con papel de hornear y extiéndela bien. Coloca encima los tacos de piña y cúbrelos con el resto de la crema. Deja que se temple y corta los trozos de piña a través de la franchipán.

Monta la clara y mezcla con la pasta para freír. Reboza los buñuelos en la pasta y fríelos por ambos lados en una sartén con aceite. Escúrrelos y sirve en una fuente espolvoreados en azúcar glas.



Añade el cava a la pasta poco a poco.



Trocea las rodajas de piña en cuatro.



Vierte sobre una placa de horno la mitad de la crema. Coloca encima los tacos de piña y cúbrelos.



Fríe los buñuelos por ambos lados hasta que estén crujientes.

## Consejo de Eva

*Para que los buñuelos queden crujientes es importante conseguir una pasta ligera. Para aligerar la mezcla, incorpora la clara de huevo en el momento de freír los buñuelos.*



# Cañas de crema

## Ingredientes



400 g de harina  
1/2 vaso de leche  
aceite de oliva virgen extra

### Para la crema pastelera

75 g de azúcar  
40 g de harina  
1/2 litro de leche  
4 huevos  
1 vaina de vainilla

### Para decorar

azúcar, canela en polvo,  
mermelada de albaricoque

## Elaboración

Para hacer la masa, pon la harina, la leche, una pizca de sal y un vaso de aceite en un bol. Amasa con la mano hasta que la masa quede bien ligada. Tapa y deja reposar durante 2-3 horas.

Para la crema pastelera, echa en una cazuela la leche (reserva un poco) y la ramita de vainilla abierta y hierva. En un bol mezcla bien la harina y el azúcar, vierte un poco de leche fría sin dejar de remover. Añade los 4 huevos y bate bien. Echa un chorrito de leche caliente y sigue batiendo. Vierte el contenido del bol a la cazuela y sigue moviendo hasta que la masa espese. Deja enfriar.

Estira la masa con ayuda de un rodillo. Corta trozos de 10 cm y enróllalos sobre unas cañas de metal y fríelas en una sartén con aceite templado. Desmolda y deja enfriar.

Coloca la crema en una manga pastelera y rellena las cañas. Colócalas en una fuente y espolvoréalas con una mezcla de azúcar y canela en polvo. Acompaña con una mermelada de albaricoque colada y diluida en agua.



Para hacer la masa, pon la harina, la leche, una pizca de sal y aceite.



Vierte el contenido del bol a la cazuela con la leche y la ramita de vainilla y sigue revolviendo.



Estira la masa, enróllala sobre unas cañas de metal y fríelas.



Coloca la crema en una manga pastelera y rellena las cañas.

## Consejo de Eva

La crema pastelera es un producto que a veces se ha relacionado con intoxicaciones alimentarias, por lo que debes tomar algunas precauciones, como conservarla siempre en el frigorífico y congelarla lo antes posible después de su elaboración, siempre antes de 24 horas.



# Capricho Marijo

## Ingredientes



- 2 yogures naturales
- 4 cucharadas de leche condensada
- 4 manzanas
- 200 cl de nata
- 75 g de azúcar
- 4 bizcochos de soletilla
- 1/2 copa de brandy  
agua

Para decorar  
avellanas, grosellas,  
hojas de menta

## Elaboración

Pela las manzanas, trocéalas y ponlas a cocer en una cazuela con un poquito de agua. Cuando estén cocidas aplástalas con un tenedor. Reserva el caldo de cocer las manzanas.

Con una varilla de mano monta la nata con el azúcar.

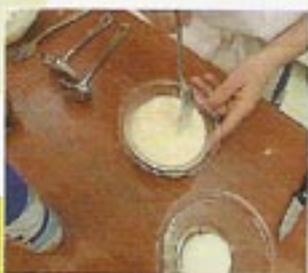
Pon los yogures en un bol, añade la leche condensada y mezcla bien. Añade el brandy al caldo resultante de cocer las manzanas y emborracha los bizcochos de soletilla.

Reparte la mezcla de yogur y leche condensada en 4 copas. Encima, pon un poco de compota de manzana. Introduce en cada copa un bizcocho de forma que sobresalga un poco de la copa y, finalmente, sirve encima la nata montada.

Decora con avellanas, grosellas y hojas de menta.



Cuando las manzanas estén cocidas aplástalas con un tenedor.



Pon los yogures en un bol, añade la leche condensada y mezcla bien.



Añade el brandy al caldo resultante de cocer las manzanas y emborracha los bizcochos.



Reparte el yogur y la leche en cuatro copas. Encima, pon un poco de compota.

## Consejo de Eva

*El yogur es de los pocos alimentos que pueden incluirse en cualquier régimen. Está indicado para todas las edades, especialmente para los niños que no toleran la leche. Si estás pensando perder unos kilos, el yogur, que posee 61 kcal por 100 g, no hace milagros, pero regula la absorción de grasas de los demás ingredientes.*

