

chocolate



Chocolate

El **Club Gente Saludable** ha recopilado para ti **10 recetas de postres con CHOCOLATE** elaboradas por nuestro equipo de Saber Vivir.

Trufas al cava con almendras	1
Bombones rellenos de frutos secos	2
Cerezas bañadas al chocolate	3
Tartaletas rellenas de chocolate	4
Tortitas de chocolate	5
Bolitas de chocolate blanco y pistachos	6
Galletas caseras rellenas de chocolate	7
Gotas de chocolate rellenas	8
Cesta de chocolate con frutos rojos	9
Sandwich de chocolate y crema pastelera	10



Trufas al cava con almendras

INGREDIENTES:

- 150 gr. chocolate blanco/negro
- 150 gr. mantequilla
- 2 cucharadas cava
- 1 yema huevo
- 50 gr. azúcar glass
- Almendra molida



ELABORACIÓN:

1. Fundimos el chocolate (blanco o negro) al baño maría y a fuego lento. Ponemos la misma cantidad de mantequilla y 2 cucharadas de cava, la yema de huevo y el azúcar glass. Mezclamos bien.
2. Llevamos la mezcla a la nevera y dejamos enfriar. Cuando solidifique vamos cogiendo porciones de la masa y haciendo bolitas.
3. Pasamos las bolitas de chocolate por almendra molida y conservamos en la nevera.

Bombones rellenos de frutos secos

INGREDIENTES:

- 1 tableta chocolate
- ¼ tableta chocolate blanco
- Frutos secos variados



ELABORACIÓN:

1. Fundimos la tableta de chocolate puro, y aparte, fundimos un poquito de chocolate blanco.
2. En los moldes para bombones ponemos un poquito de ese chocolate blanco.
3. Mezclamos el chocolate negro con los frutos secos y terminamos de rellenar los moldes.
4. Una vez rellenos los metemos en la nevera y dejamos que se solidifique.

Cerezas bañadas al chocolate

INGREDIENTES:

- 150 gr. de chocolate negro para fundir
- 75 gr. de mantequilla
- Chocolate blanco para decorar
- Cerezas



ELABORACIÓN:

1. En una cazuela ponemos el chocolate negro, con la mantequilla. Dejamos a fuego lento hasta que se funda bien, o lo hacemos al baño maría.
2. Bañamos las cerezas en el chocolate fundido y las dejamos secar. Llevamos a la nevera hasta que el chocolate se quede duro.
3. Fundimos el chocolate blanco y con una manga pastelera decoramos las cerezas.

Tartaletas rellenas de chocolate

INGREDIENTES:

- 50 gr. mantequilla
- 1 huevo
- Nata líquida
- Chocolate para fundir
- Tartaletas de pasta



ELABORACIÓN:

1. En un recipiente ponemos el chocolate con la mantequilla y llevamos al fuego. Una vez que se haya fundido añadimos la yema de huevo y seguimos removiendo.
2. Montamos la nata líquida y vamos añadiendo la mezcla de chocolate poco a poco. Removemos hasta que quede bien mezclado
3. Rellenamos las tartaletas de la mezcla con la ayuda de una manga pastelera, y llevamos a la nevera.

Tortitas de chocolate

INGREDIENTES:

- 50 gr. azúcar
- 1 huevo
- Vainilla en polvo
- Harina
- 5 gr. levadura polvo
- Cacao en polvo
- 150 gr. leche
- 150 gr. harina



ELABORACIÓN:

1. Batimos el azúcar y el huevo, ponemos un poco de vainilla, la levadura, un chorrito de aceite y con un colador añadimos el cacao en polvo.
2. Incorporamos la leche y la harina. Batimos bien para dejarlo bien mezclado.
3. Dejamos reposar unos 4-5min.
4. En una sartén con una gotita de aceite, vamos echando la mezcla con la ayuda de un cazo, no la tocamos y cuando veamos que van saliendo burbujitas, damos la vuelta con una espátula.

Bolitas de chocolate blanco y pistachos

INGREDIENTES:

- 2 tabletas chocolate blanco
- 20 gr. mantequilla
- 20 gr. nata
- 20 gr. azúcar glass
- Pistachos



ELABORACIÓN:

1. Fundimos 2 tabletas de chocolate blanco y mezclamos con la mantequilla fundida, la nata y el azúcar glass.
2. Trabajamos la mezcla y llevamos a la nevera.
3. Cuando esté sólida, vamos haciendo bolitas, y pasamos por los pistachos triturados.
4. Llevamos de nuevo a la nevera, y servimos frías.

Galletas caseras rellenas de chocolate

INGREDIENTES:

- 200 gr. harina
- 50 gr. azúcar
- 40 gr. almendra molida
- 1 huevo
- 80 gr. mantequilla
- Crema de cacao



ELABORACIÓN:

1. Ponemos la harina en un cuenco, hacemos un agujero en el centro y añadimos el resto de ingredientes, el azúcar, la almendra molida, el huevo y la mantequilla derretida.
2. Mezclamos todos, hasta que la masa quede homogénea, y amasamos durante 8 ó 10 minutos.
3. Metemos en la nevera y dejamos enfriar para que la pasta se endurezca.
4. Estiramos sobre la encimera con un rodillo. Recortamos una forma rectangular con agujeros en el medio, y otra también rectangular pero sin agujeros.
5. Llevamos al horno a 180°C y unos 10 minutos.
6. Ponemos la crema de cacao en una manga pastelera, y echamos un poco sobre la galleta sin agujeros, y cubrimos con la otra galleta con agujeros.

Gotas de chocolate rellenas

INGREDIENTES:

- 1 tableta chocolate puro
- 150 gr. queso untar
- Vainilla en polvo
- 50 gr. azúcar normal
- 3 cucharadas nata



ELABORACIÓN:

1. Ponemos en un plato unas tiras de plástico duro (como las que vienen con las camisas) bien lavadas.
2. Extendemos sobre el plástico una capita de chocolate ya fundido al baño maría, doblamos y dejamos enfriar en la nevera.
3. Cuando el chocolate esté solidificado retiramos el plástico y ponemos en un plato.
4. Mezclamos el queso de untar con la vainilla en polvo, el azúcar y la nata.
5. Rellenamos las gotas de chocolate con la crema que queso.

Cesta de chocolate con frutos rojos

INGREDIENTES:

- 1 tableta chocolate puro
- frutos rojos variados (arándanos, fresas, moras, pétalos...)



ELABORACIÓN:

1. Fundimos el chocolate al baño maría.
2. Ponemos un bol bocabaja y encima de un plato. Cubrimos con papel film (estirándolo bien).
3. Vamos echando el chocolate fundido y dejamos que vaya repartiéndose poco a poco.
4. Llevamos a la nevera y dejamos enfriar para que se endurezca.
5. Desmoldamos echando en el bol agua templada, así se separa el chocolate.
6. Rellenamos con frutos rojos y unos pétalos para decorar.

Sandwich de chocolate y crema pastelera

INGREDIENTES:

- 40 gr. de harina de maiz
- 50 gr. de azúcar
- 4 yemas de huevo
- ½ l de leche
- 1 rama de canela
- 1 tableta chocolate puro para fundir



ELABORACIÓN:

1. Para hacer la crema pastelera, mezclamos el harina de maíz con el azúcar. Añadimos las 4 yemas y la leche, disolvemos bien e incorporamos la rama de canela. Ponemos a cocer la mezcla anterior durante 6-7 minutos hasta que espese.
4. Cuando la crema está volcamos en una bandeja, lo extendemos y lo tapamos con papel film. Dejamos enfriar.
5. Fundimos el chocolate al baño maría y con papel de horno hacemos un cucurucho en el que introducimos el chocolate. Cortamos la punta del cucurucho para conseguir algo similar a una manga pastelera.
6. Sobre otra lámina de papel de horno hacemos un triángulo con el chocolate fundido y dentro del triángulo hacemos unos trazos de lado a lado para conseguir una especie de reja. Repetimos esta acción el doble de veces de los sándwich que queramos hacer (cada sanwich necesitará dos rejillas).
7. Llevamos a la nevera para que el chocolate solidifique.
8. Ponemos la crema pastelera en una manga y cubrimos una de las rejillas que hemos hecho con el chocolate echamos una capa de crema. Tapamos con otra reja de chocolate para conseguir el sándwich.