

Inicio / Recetas / Texturas de pistacho: receta de Paco Roncero

Texturas de pistacho: receta de Paco Roncero

Publicado el 20/03/2016

El chef Paco Roncero, uno de los cocineros más destacados de la alta cocina española, con dos estrellas Michelin y Premio Nacional de Gastronomía 2008, ha preparado una receta fresca y saludable para dar la bienvenida al calor. Tres texturas diferentes para sorprender al paladar y alegrar los diferentes tonos de verde pistacho. Este postre elaborado a base de pistacho, además de aportar los nutrientes y vitaminas básicos para complementar la dieta sana y equilibrada, contribuye a generar energía, aportando frescura y al sabor inimitable de este fruto seco.

Suscríbete a nuestra Newsletter semanal AQUÍ

Dirección de correo:

Tu dirección de correo:

Me interesa:

Cocina Dulce

Texturas de pistacho



Para 4 personas

Jarabe

Ingredientes: 60 ml de agua, 60 g de azúcar.

Proceso: En un cazo, mezclar ambos ingredientes y levantar el hervor. Dejar enfriar y reservar en cámara.

Sorbete de pistacho

Ingredientes: 125 g de pistacho verde, 200 ml de agua, 25 ml de jarabe (elaboración anterior).

Proceso: Triturar todos los ingredientes en la Thermomix hasta obtener una crema homogénea. Introducir en un recipiente y congelar a -20 ºC.

Aire de pistacho

Ingredientes: 225 g de pistacho verde, 500 ml de agua, 40 ml de jarabe (elaboración anterior), 2 g de lecitina.

Proceso: Semitriturar con una túrmix los pistachos con el agua y dejar reposar en cámara durante 12 horas para que se hidraten bien. Transcurrido este tiempo, triturar en la Thermomix hasta que quede una pasta espesa y fina. Pasar por una Superbag en pequeñas cantidades y presionar con las manos para obtener la leche de pistachos. Con ayuda de una túrmix, mezclar con el jarabe y la lecitina en un cazo alto de 25 cm de diámetro. Reservar en cámara.

Masa de bizcocho de pistacho en sifón

Ingredientes: 80 g de pistacho verde, 130 g de clara de huevo, 80 g de yema de huevo, 80 g de azúcar, 20 g de harina floja.

Proceso: Triturar todos los ingredientes en la Thermomix. Dejar reposar cámara durante 2 horas y, transcurrido este tiempo, volver a triturar. Pasar por un colador e introducir en un sifón de 0,5 litros con una carga. Con ayuda de unas tijeras, practicar un ligero corte en la base de cada vaso de plástico. Escudillar la masa del sifón en cada vaso hasta un tercio de su capacidad. En el microondas, cocer boca abajo, a 900 w durante 50 segundos. Transcurrido este tiempo, dejar enfriar en un lugar fresco y seco sin retirar el bizcocho del vaso.

Acabado

Otros ingredientes: 20 g de pistacho verde tostado.

Pelar los pistachos, colocar en el fondo de un plato. Disponer encima una quenalla de pistacho. Desmoldar un bizcocho y colocar sobre la parte derecha del helado. Con ayuda de una túrmix, la leche de pistachos para obtener el aire y colocar en el plato para terminar.

Sobre los pistachos americanos

Los pistachos son un nutriente rico en antioxidantes, vitaminas, proteína y fibra. Un puñado a diario equivale a 49 pistachos, más rico y saludable que cualquier otro fruto seco. Están libres de colesterol y solamente contienen 1,5 g de grasas saturadas y 12,5 g de grasas saludables, provenientes de las grasas monosaturadas y la polinsaturadas. Además, contienen una significativa cantidad de potasio: 300 mg, y 6 g de fibra.