



Atrévete
con la
pastelería
en casa

Dulce revolución

Miquel Guarro

Dulce revolución

Miquel Guarro

**Atrévete
con la
pastelería
en casa**



ESPASA

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento. En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47. Espasa, en su deseo de mejorar sus publicaciones, agradecerá cualquier sugerencia que los lectores hagan al departamento editorial por correo electrónico: sugerencias@espasa.es

© Miquel Guarro, 2023
© Editorial Planeta, S. A., 2023
Espasa, sello editorial de Editorial Planeta, S. A.
Avda. Diagonal, 662-664. 08034 Barcelona
www.planetadelibros.com
www.espasa.com

Diseño de la cubierta: Planeta Arte & Diseño
Diseño de maqueta y de interiores: María Pitironte
© Fotografías de la cubierta y de los interiores: Joan Pujol-Creus
© Fotografías de recurso de las págs. 12, 48, 98, 124, 156 y 184: Shutterstock
© Fotografía de Jordi Roca, pág. 9: Joan Pujol-Creus
© Fotografía del autor, pág. 10: Ephemeral Productions

Primera edición: noviembre de 2023
ISBN: 978-84-670-7066-8
Depósito Legal: B. 17.444-2023
Preimpresión: Safekat, S. L.
Impresión: Unigraf, S. L.
Printed in Spain - Impreso en España



El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como **papel ecológico** y procede de bosques gestionados de manera **sostenible**.

Índice.

- 8 Prólogo.
- 11 Introducción.
- 12** Pastelería para todos.
- 48** Resultonas y sin complicación.
- 98** No lo pienses ni un segundo, consigue los ingredientes y ¡adelante!
- 124** ¡Y sin mancharte el delantal!
- 156** Lee la receta, prepara todo y ¡a por ello!
- 184** La cosa se pone seria, tómatelo con calma y disfruta.
- 200** Pon en orden tu cocina y el universo se endulzará contigo.
- 220 Fin.
- 222 Agradecimientos.
- 223 Índice alfabético de recetas.



Pastelería
para *todos.*

Ingredientes *básicos.*

El abanico de ingredientes que se pueden utilizar en pastelería es infinito, pero voy a dar cuatro pinceladas a los más importantes y que son más frecuentes para que sepas qué buscar cuando vayas a comprar.

HARINAS DE TRIGO

Es un ingrediente básico dentro de la pastelería, además de ser la encargada de dar cuerpo a las masas. Hay muchos tipos de harina de trigo con diferentes cualidades, pero me centro en las dos más utilizadas en pastelería.

Floja o de repostería

Es una harina pensada sobre todo para hacer bizcochos y galletas, ya que su bajo contenido en gluten dará masas más esponjosas y con

más volumen. Este tipo de harina suele tener unos 10 gramos de gluten por cada 100 gramos de harina.

De fuerza o de panadería

Es una harina con más cantidad de gluten, que nos permitirá obtener unas masas más elásticas y tenaces, que aguanten procesos más largos de manipulación necesarios para panes, brioches, piezas de bollería... Este tipo de harina suele tener de 11,5 a 13,5 gramos de gluten por cada 100 gramos de harina.

Almidón de maíz

Es el más utilizado en pastelería para espesar y dar viscosidad a las cremas y también en algún bizcocho para conseguir una textura más tierna.

AZÚCAR

Es otro ingrediente principal en pastelería encargado de dar dulzor a nuestras recetas. Además, ayuda a dar cuerpo y estructura a la masa. En la pastelería profesional se

usan muchísimos tipos de azúcar distintos, pero en casa con estos tres tenéis más que suficiente:

Blanco

Se obtiene del refinado del jugo de la caña de azúcar o de la remolacha. Se usa cuando se busca dulzor, pero sin aporte de sabor que entorpezca o enmascare a los demás.

Moreno

También se obtiene del refinado de la caña de azúcar, pero es un azúcar menos procesado y con un poco más de vitaminas y minerales que el azúcar blanco.

Este azúcar aporta un sabor muy característico a melaza que puede potenciar el aroma a tostado en algunas recetas.

Miel

Es un jarabe dulce que se obtiene de las abejas gracias a la recolección de néctar de flores almacenado en sus panales. En pastelería, además de aportar

su particular sabor, es un azúcar que ayuda a que los platos tengan una sensación más tierna y fresca.

HUEVOS

Muy ricos en proteínas, tienen múltiples funciones dentro de la pastelería. Se pueden emplear enteros o separarlos en yemas y claras. Si se montan, sirven para airear las elaboraciones; cuajados ligeramente para espesar y si se cuajan por completo, proporcionan unas estructuras elásticas y resistentes.

Enteros

Montados se utilizan para airear bizcochos o mousses y líquidos, sin montar, para apelmazar masas, galletas o como base para muchas cremas.

Claros

Es la parte del huevo que más volumen de aire coge al montar, por eso es frecuente usar las claras para hacer merengues, y

luego incorporarlos a bizcochos o mousses.

Yemas

También se pueden montar, pero proporcionan un menor volumen. Se suelen utilizar muy a menudo para cremas, ya que cuando las cocinamos a 85 °C, funcionan como espesante y dan una textura y un sabor únicos.

LÁCTEOS

Estos ingredientes están superconectados con el sabor clásico que todos tenemos en la cabeza cuando pensamos en pastelería ya que la gran mayoría están hechos con este tipo de productos como base.

Nata

Se utiliza para montar y dotar de una textura aireada a un sinfín de recetas, especialmente a cremas y tofes por su gusto y textura.

Leche

Se usa como base para hacer cremas y dentro de la pastelería más tradicional tiene sus propias elaboraciones como la leche frita, la leche merengada, el arroz con leche, etc.

Mantequilla

Tiene multitud de usos gracias a su alto contenido en grasa, proporciona una textura untuosa a las cremas, bizcochos, bollería o donde se use. Pero también es útil para obtener texturas secas y crujientes como hojaldres y galletas.

Cuando la mantequilla se tuesta en el horno desprende un olor inequívoco de que en esa cocina se están preparando dulces.

FRUTOS SECOS

En pastelería se pueden aprovechar todo tipo de frutos secos para incorporarlos en las recetas y extraer su sabor

y color. Normalmente suelen estar ligeramente tostados para potenciar sus aromas.

Es interesante su aporte de grasa para tener texturas más blandas y con una sensación más húmeda.

Se pueden encontrar en diversas formas: enteros, cortados en láminas, picados, en harina o en pasta de fruto seco.

FRUTA

Se puede incorporar cualquier fruta en pastelería de formas muy distintas aplicándole diferentes técnicas. Por ejemplo, una manzana, se puede utilizar al natural, asada, cortada en el tamaño de deseemos y de la forma que más nos guste, en puré, etc.

La fruta suele dar sensación de frescor y aporta mucha humedad a las elaboraciones. Cada una, con su sabor particular, imprime su carácter en la receta donde

se haya incorporado. Para ello, es altamente recomendable aprovecharlas en su temporada que es cuando alcanzan su máximo potencial.

LEVADURAS

Química

Es una levadura de efecto rápido, que agregándola a masas batidas o semibatidas, ayuda a que tengan un desarrollo mayor en el horno (suben más) y queden más esponjosas.

Prensada

Es una levadura de acción lenta que necesita un tiempo más largo y temperaturas bajas para que pueda leudar. Es la más utilizada en pan y piezas de bollería y aporta parte del sabor característico a este tipo de masas.

GELIFICANTES

Existen muchísimos tipos, pero con los tres siguientes puedes

cubrir un espectro muy amplio de necesidades:

Hojas de gelatina

Gelificante de procedencia animal de la extracción del colágeno, normalmente del cerdo. Es el más utilizado y polivalente en pastelería. Ayuda a sostener la estructura de mousses, cremas y trufas.

Las hojas de gelatina se deben hidratar con agua fría y, posteriormente, eliminar el exceso de agua, antes de utilizarlas.

Es importante calentarlas para que se disuelvan bien dentro de las recetas y queden bien repartidas para que el resultado sea óptimo.

Pectina NH

De origen vegetal extraído mayoritariamente de la piel de la manzana, es el más empleado para hacer mermeladas o recetas con alto contenido de fruta y azúcar.

Se suele acompañar de algún tipo de ácido para potenciar su

poder gelificante. Debe llegar a ebullición para que se active esa característica.

Agar agar

También de origen vegetal pero extraído de algas. Forma un gel terso y quebradizo. Se suele combinar con otros gelificantes. También debe llegar al punto de ebullición para activar su poder gelificante.

ESPECIAS

Puedes utilizar la que más te guste para perfumar tus recetas. Normalmente se integran infusionadas en un líquido (agua o leche) o pulverizadas.

SAL

La gran olvidada de la pastelería, pero que, usada en su justa medida, es un potenciador de sabores increíble.

Palabras raras que *te tienen* que sonar.

Airear

Incorporar aire a un ingrediente líquido o sólido batiendo o removiendo. Por ejemplo, cuando se agrega nata montada a una base de mousse.

Amasar

Es la acción de mezclar varios ingredientes, sólidos o líquidos, moviendo y presionando una y otra vez hasta generar una masa.

Atemperar

Llevar a un producto a una temperatura concreta. Más concretamente, es el proceso que se debe realizar sobre el chocolate para que se cristalice de forma adecuada.

Blanquear

Batir un ingrediente hasta que la mezcla obtenga un color blanquecino. Por ejemplo, remover con unas varillas unas claras de huevo con azúcar.

Caramelizar

Aplicar calor al azúcar hasta que se funda y se tueste. Se utiliza, por ejemplo, para hacer frutos secos garrapiñados.

Emulsionar

Mezclar dos productos en fases distintas, normalmente uno con base acuosa y el otro con base grasa, y conseguir que formen uno solo. Por ejemplo, nata con chocolate.

Enharinar

Cubrir con pequeña capa de harina una superficie. Normalmente, se utiliza para hacer una capa antiadherente entre el molde y el producto que pongamos en él o para amasar una preparación más fácilmente.

Escudillar

Dosificar una masa con una manga pastelera dando una forma concreta.

Glasear

Cubrir una elaboración con una sustancia semilíquida aportándole brillo. Es uno de los acabados más utilizados en tartas.

Infusionar

Mezclar un líquido, normalmente leche o agua, con hierbas aromáticas o especias para que adquiera su sabor y aroma.

Napar

Cubrir un producto con un *napage* o gelatina que tenga una consistencia de salsa o crema espesa. Por ejemplo, las frutas decorativas se napan para conseguir que brillen y estén más protegidas.

Pomar

Ablandar, normalmente la mantequilla, hasta obtener una textura parecida a una crema o pomada. Se realiza para que sea más fácil incorporar la mantequilla a la receta.

Tamizar

Pasar un ingrediente por un colador o tamiz. Se suelen tamizar las harinas o el azúcar lustre (azúcar glas) para asegurarse de que no hay ningún grumo y ayudar a que se mezcle mejor en la receta y el resultado sea más esponjoso.

Utensilios *básicos.*

No hace falta que te compres todos los *gadgets* del mundo. Simplemente, hazte con los utensilios esenciales que te propongo. Serán tus mejores compañeros de viaje.

De todas formas, no te preocupes si no los tienes todos, siempre se puede buscar un plan B. ¡Imaginación al poder!

Maquinaria

- » Báscula
- » Batidora eléctrica
- » Congelador
- » Horno
- » Túrmix

Herramientas

- » Boles
- » Boquillas
- » Cucharas
- » Cuchillos
- » Espátulas
- » Juego de cortantes
- » Lengua
- » Moldes
- » Pinceles
- » Rallador normal
- » Rallador fino
- » Reja
- » Rodillo
- » Tamiz
- » Termómetro
- » Varillas

Útiles

- » Film transparente
- » Manga pastelera
- » Papel siliconado
- » Papel vegetal

Diez bases a *dominar*.

Estas elaboraciones van a ser tus mejores aliadas para que no te detenga nada cuando te pongas manos a la obra. Serán tus cimientos en el mundo dulce.

Son recetas intermedias que usarás muy a menudo en la preparación de tus postres. Te voy a contar todos sus secretos para que las domines a la perfección y el resultado sea magnífico.

Nata semimontada.

Dominar el punto de montado de la nata es clave para obtener buenas preparaciones. De una acción tan sencilla dependerá que la elaboración tenga una buena textura y un acabado perfecto.

También es imprescindible que esté fría. Puedes disponer la nata en el bol en el que la vas a batir e introducirla en la nevera unos minutos más antes de hacerlo. Cuanto más frío esté todo, mejor y más rápido se montará.

Ingredientes.

200 ml de nata para montar, mínimo 35 % de materia grasa (MG)

Elaboración.

- 01.** Monta la nata a velocidad media hasta que comience a espumarse ligeramente.
- 02.** En ese momento, cuando las varillas empiezan a mostrar su dibujo en la superficie, debes parar el batido.
- 03.** Obtener este punto de montado es muy importante para realizar mousses con una buena textura.



Merengues.

Los merengues son otra de las bases que se utilizan muy a menudo para aligerar y airear postres. A todos los merengues se les incorpora un poco de zumo de limón para dotarles de elasticidad y ayudar a retrasar el punto en el que se pasan de montado.

Hay tres tipos de merengues básicos:

ITALIANO

Es un merengue cocido mediante un jarabe de agua y azúcar. La textura es tan firme y resistente que te permitirá hacer dibujos con la manga pastelera o mezclarlo con otras recetas para incorporarles aire. También es el que se usa más a menudo para hacer los famosos *macarons* y es ideal para flambear.

Ingredientes.

60 g de agua mineral

160 g de azúcar

80 g de clara

5 g de zumo de limón

Elaboración.

- 01.** En un cazo dispón primero el agua y posteriormente el azúcar.
- 02.** Lleva a ebullición y controla la temperatura con un termómetro.
- 03.** Cuando empiece a hervir el jarabe, monta las claras con el zumo de limón.
- 04.** Cuando el jarabe llegue a 121 °C, retira del fuego, espera a que pierda la burbuja y agrega a hilo sobre las claras batidas intentando que el jarabe no se pegue a las paredes del bol.
- 05.** No pares de batir en ningún momento hasta que el jarabe esté perfectamente integrado.
- 06.** Sigue batiendo hasta que se temple ligeramente, 35 °C más o menos.