

LAURE KIÉ

Pastelería japonesa

INGREDIENTES Y RECETAS PASO A PASO



A la venta el 13 de marzo de 2024

Pastelería japonesa

INGREDIENTES Y RECETAS PASO A PASO

LAURE KIÉ

Prepara los mejores dulces japoneses en casa y disfruta de los sabores de la pastelería nipona moderna y tradicional.

La repostería es a menudo la gran desconocida de la gastronomía nipona. Sin embargo, en la actualidad, numerosos chefs reinterpretan las recetas ancestrales con una mezcla de originalidad y tradición de la que ha surgido una nueva pastelería japonesa variada, refinada y moderna. Este libro es una invitación a descubrir las diferentes especialidades del universo dulce de la cocina del sol naciente, que van desde los tradicionales *wagashis* hasta los *daifuku*, los *mochis* y los postres más contemporáneos a base de té matcha o de sésamo.

Consejos básicos, información sobre **ingredientes** y **utensilios**, cerca de **50 recetas paso a paso...** Aquí se reúne todo lo que se necesita para convertirse en un profesional de la pastelería japonesa. Una auténtica experiencia gastronómica para disfrutar con todos los sentidos.



De la gastronomía nipona conocemos sobre todo los platos emblemáticos salados pero muy poco los dulces. Y, en efecto, en Japón no terminamos las comidas con un postre... Entonces, ¿por qué un libro sobre repostería japonesa? Precisamente porque todavía es muy poco conocida entre nosotros y este libro es una forma de descubrir este otro aspecto de la cultura culinaria nipona. Porque si bien como colofón de las comidas no hay postres, existen muchos dulces que se toman sobre todo a la hora del té, entre las comidas, por lo que se le dedica una atención muy especial. Así, los dulces tradicionales (los wagashis 和菓子), que se presentan en su estuche como auténticas joyas, reflejan el esteticismo japonés sin dejar de estar cerca de la naturaleza. De hecho, por lo general se ajustan al ritmo de las estaciones, con intensas evocaciones a la flora nipona a través de los colores, las texturas o las formas. Además de estos postres tradicionales, se pueden elaborar otros dulces con influencias diversas (francesa en el caso de los macarons, portuguesa en el del kasutera —o castella—, estadounidense en el de la tarta de queso...), ¡pero siempre con ese toque sutil y estético que hará que tus papilas gustativas viajen a la tierra del sol naciente!

Pastelería japonesa

La comida japonesa está a la orden del día. Sin embargo, los dulces japoneses, que tradicionalmente se toman a la hora del té o en ocasiones simbólicas —no al final de una comida—, son imprescindibles. En la actualidad, con la aparición de nuevos hábitos gustativos, numerosos *chefs* contemporáneos han empezado a reinterpretar las recetas ancestrales. Esta mezcla de originalidad y tradición ha hecho que surja una nueva pastelería japonesa variada, sutil, moderna y original.

Las diferentes especialidades del universo dulce de la cocina nipona, que van desde los tradicionales wagashis hasta los postres más actuales, que giran en torno al té matcha o al sésamo.



Dulces tradicionales

Los dulces tradicionales japoneses se llaman wagashi («wa», «japonés» y «kashi», «dulce»). Estas pequeñas y estéticas golosinas son apreciadas primero por su apariencia y luego por su sabor refinado y delicado. A menudo presentadas como joyas, constituyen una auténtica evocación de la naturaleza, por lo que están muy ligadas a las estaciones. El mejor ejemplo es el período de los cerezos en flor, durante el cual muchos pasteles giran en torno a estas delicadas y efímeras flores. Los wagashis se comen con el té verde y en la famosa ceremonia del té, en la cual el matcha siempre se sirve con uno de estos pastelitos.

Dorayaki

En una ensaladera, mezclar los huevos con el azúcar, la miel y la pizca de sal. Batirlo todo enérgicamente durante 2 minutos para obtener una mezcla espumosa.

Diluir la levadura en 1 cucharada sopera de agua y verter la mezcla en la ensaladera. Batirla. Tamizar la harina e incorporarla a la mezcla. Calentar un chorrito de aceite en una sartén. Verter medio cucharón de masa en la sartén. Extenderla ligeramente con el dorso del cucharón para obtener un pequeño círculo. Cocinar a fuego medio y, en cuanto aparezcan burbujas, dar la vuelta a la tortita. Dejar cocer durante unos 3 minutos. Reservarla tapada con un trapo limpio. Extender un poco de pasta anko sobre una tortita. Cubrirla con una segunda tortita. Apretar ligeramente. Hacer lo mismo hasta terminar la masa de tortitas. Comer templadas o conservar en papel film.

Preparación: 10 minutos

Cocción: 20 minutos

Para unos 6 dorayakis

- 320 g de pasta de judías anko (tsubu-an)
- 2 huevos
- 140 g de harina
- 1 cucharadita de café de levadura química
- 1 cucharada sopera de miel
- 1 chorrito de aceite vegetal
- 70 g de azúcar refinado
- 1 pizca de sal
- 1 cucharada sopera de agua



Dulces modernos

Junto a los wagashis, en Japón existen numerosos postres inspirados en la repostería occidental. Así, la tarta de queso japonesa, mucho más ligera que su prima estadounidense, se ha convertido en un imprescindible de los dulces nipones. ¡Los helados se incorporan a la familia de los mochis, las frutas se toman en tempura y los petisús se aromatizan con sésamo negro!

Petisús de sésamo negro

Preparar la crema de sésamo

En una ensaladera, mezclar las yemas de huevo con el azúcar y la fécula. En un cazo llevar la leche a ebullición. Verterla sobre la mezcla de huevos. Batirlo. Verterlo todo en el cazo, añadir las semillas de sésamo y calentar a fuego suave batiendo sin parar. En cuanto la mezcla empiece a espesar, retirar del fuego y añadir el puré de sésamo. Echar en una fuente. Tapar con un papel film de forma que esté en contacto con la preparación. Dejar que se enfríe a temperatura ambiente y reservar en la nevera.

Preparar la pasta choux

Precalentar el horno a 180 °C (t. 6). Cortar la mantequilla en dados. Tamizar la harina. En un cazo, echar el agua con la mantequilla, el azúcar y la sal. Calentar a fuego suave y retirar del fuego en cuanto comience a hervir. Fuera del fuego, incorporar la harina tamizada. Batir hasta obtener una mezcla homogénea. Volver a ponerlo en el fuego y batir para que la mezcla se seque y se separe fácilmente de los bordes del cazo. Añadir los huevos uno a uno y batir. Echarlo en una manga pastelera.

Con la manga pastelera, hacer unos 15 rollitos de 12 cm de largo en una bandeja de horno forrada con papel vegetal.

Hornear durante 25 minutos. Apagar el horno y dejar los petisús dentro durante 15 minutos. Cortarlos con un cuchillo de sierra a lo largo. Sacar la crema de sésamo de la nevera.

Batirla y meterla en una manga pastelera. Rellenar los pastelillos.



Terminar con el glaseado

En un cazo, calentar a fuego suave el *fondant* blanco con el agua y las semillas de sésamo removiendo con una espátula hasta que esté templado y fluido. Napar con un chorrito cada petisús.

Preparación: 35 minutos

Cocción: 30 minutos

Reposo: 15 minutos

Para 16 petisús

Para la crema de sésamo

- 4 yemas de huevo
- 45 g de puré de sésamo
- 2 cucharadas soperas de semillas de sésamo molidas
- 35 g de fécula de maíz
- 35 cl de leche entera
- 70 g de azúcar refinado

Para la pasta choux

- 2 huevos grandes
- 70 g de harina
- 12 cl de agua
- 50 g de mantequilla
- 1 cucharadita de café de azúcar refinado
- 1 pizca de sal

Para el glaseado

- 2 cucharadas soperas de semillas de sésamo negro
- 100 g de *fondant* blanco
- 1 cucharada sopera de agua

Matcha

En Japón el matcha suele considerarse el más exquisito de los té verdes. Las hojas de té más nobles se secan y luego se muelen para obtener un polvo de gran finura. Aunque el matcha se consume principalmente como bebida para la famosa ceremonia del té, también se utiliza en recetas dulces o saladas. Su particular textura permite añadirlo con facilidad en postres (pasteles, tiramisús, galletas, helados, macarons) a los que su color verde claro y su sutil sabor aportan un toque de auténtica originalidad. El matcha es la nueva estrella de los postres contemporáneos: ¡una delicia beneficiosa para la salud!

Tiramisú con matcha

Preparar la crema de mascarpone: separar las claras de las yemas. En una ensaladera, batir las yemas con el azúcar y añadir el mascarpone para obtener una mezcla homogénea.

Montar las claras a punto de nieve con la pizca de sal e incorporarlas con cuidado a la mezcla anterior.

Hacer una infusión con 1/2 cucharada sopera de matcha en un cuenco con el agua caliente. Remojar los bizcochos uno a uno en el té y colocarlos juntos en el fondo de una fuente honda.

Echar un poco de crema de mascarpone por encima. Añadir otra capa de bizcochos y acabar con una capa de crema de mascarpone. Meter el tiramisú en la nevera durante 2 horas, aunque lo ideal es prepararlo la víspera. Utilizando un colador fino, espolvorear el matcha restante por encima justo antes de servirlo.

Preparación: 15 minutos

Reposo: 2 horas

Para 8 personas

- 1 cucharada sopera de té matcha en polvo
- 16 bizcochos de soletilla
- 2 huevos ecológicos extra frescos
- 200 g de queso mascarpone
- 12 cl de agua caliente
- 60 g de azúcar refinado
- 1 pizca de sal



Otros postres asiáticos

En la mayoría de los países asiáticos se encuentran ingredientes comunes a los que se emplean en la repostería japonesa, como el arroz glutinoso, el sésamo o la pasta de judías. ¡Pero hay dulces muy específicos de cada país, como la tortita coreana o las tartaletas de huevo al estilo de Hong Kong primas de los *pastéis de nata* portugueses!

Perlas de coco

Preparar la crema de soja. Poner a remojo las judías mungo en agua caliente durante 1 hora. Lavarlas, escurrirlas y cocerlas en 3 veces su volumen de agua durante 25 minutos. Espumar a mitad de la cocción. Cuando las alubias estén cocidas, dejarlas escurriendo durante 15 minutos. En un cazo, mezclar las judías cocidas con el azúcar, la sal y 20 g de coco rallado; reservar el coco restante para el acabado. Cocer a fuego lento durante 5 minutos removiendo sin parar con una espátula para que la preparación se seque. Se obtendrá una consistencia similar a la de la crema de castañas. Dejar que se enfríe. Formar 10 bolitas.



En una ensaladera, mezclar todos los ingredientes de la masa. Formar 10 bolitas. Aplastar cada bolita de masa para formar un disco de unos 5 cm de diámetro. Poner encima de cada disco una bolita de crema de soja. Cerrar el disco. En un cazo, llevar el agua a ebullición. Sumergir una a una las bolitas rellenas, metiéndolas en varias tandas. Dejar que cuezan algunos minutos. Cuando suban a la superficie, cocerlas otros 2 minutos. Escurrirlas colocarlas encima del coco rallado reservado. Recubrir cada bola con coco. Comerlas templadas.

Para conservar la esponjosidad de las perlas de coco, envolverlas individualmente con papel film. Conservarlas como máximo 2 días a temperatura ambiente.

Preparación: 30 minutos

Cocción: 35 minutos

Reposo: 1 hora 15 minutos

Para 12 perlas de coco

Para la masa

- 240 g de harina de arroz glutinoso

- 20 cl de agua

- 60 g de azúcar refinado

- 1 pizca de sal

Para la crema de soja

- 150 g de judías mungo amarillas peladas

- 60 g de coco rallado

- 80 g de azúcar refinado

- 1 pizca de sal

ÍNDICE

Introducción

Ingredientes y utensilios

Ingredientes
Harinas
Utensilios
Envoltorio

Elaboraciones básicas

Anko: pasta de
judías rojas azuki
Pasta anko: variantes
Mochi
Nerikiri
Agar-agar
Té matcha

Dulces tradicionales

Daifuku
Dango
Dorayaki
Kuzu manju con habas
Sakura mochi
Mizu yokan
Anpan
Gelatina de frutas
con agar-agar
Manju
Kasutera o castella
Wagashi
Warabi mochi

Dulces modernos

Melonpan
Daifuku de fresa
Mochi con helado de fresa,
matcha y albaricoque

Tempura de frutas con
chocolate
Tarta de queso japonesa
Panna cotta con
sésamo negro
Mousse de chocolate y tofu
Petisús de sésamo negro
Magdalenas de
sésamo negro

Matcha 99

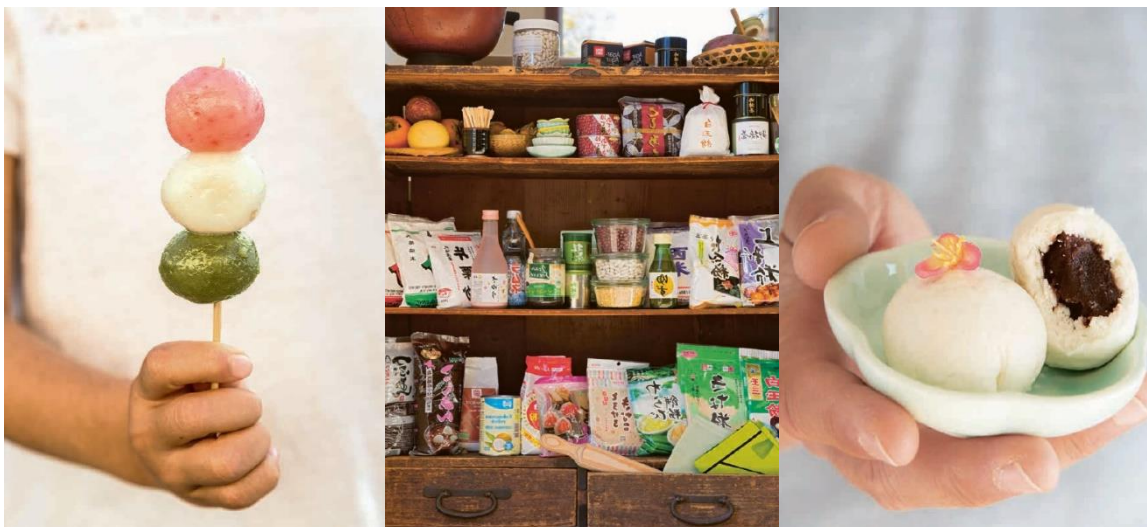
Tiramisú con matcha
Bizcocho chiffon
de fresas y matcha
Bizcocho de matcha
Macarons de frambuesas
y matcha
Galletas de matcha
Tartaletas de limón y matcha
Trufas con matcha
Coulants de matcha
y chocolate

Otros postres asiáticos 123

Tapioca con coco
y maracuyá
Tartaletas de huevo
al estilo de Hong-Kong
Tejas de sésamo
Perlas de coco
Tortitas coreanas
Bolitas de sésamo
Wonton de fresas

Direcciones

Recomendadas en España



La autora: Laure Kié

Laure Kié nació en Tokio, de madre japonesa y padre francés. Los platos familiares nipones acunaron toda su infancia. Sus numerosas estancias en Japón le permitieron iniciarse en la riqueza de la cultura culinaria del archipiélago e hicieron que se aficionase a una cocina natural, sencilla y sabrosa que hoy transmite en sus clases de cocina.

FICHA TÉCNICA

Pastelería japonesa

Autor: Laure Kié

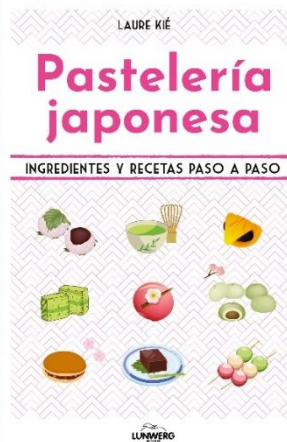
Editorial: Lunwerg Editores

Formato: 19 cm x 26 cm

Rústica con solapas

PVP c/IVA: 19,95 €

A la venta el 13 de marzo de 2024



Para más información a prensa:

Lola Escudero // Comunicación Libros Cúpula

Tel: 619 212 722 // lescudero@planeta.es

CÓMO ES EL LIBRO POR DENTRO



Dorayaki

Preparación: 10 minutos
Cocción: 20 minutos

Para unos 6 dorayakis

- 320 g de pasta de judías anko (subo-anko, véase p. 24)
- 2 huevos
- 140 g de harina
- 1 cucharadita de café de levadura química
- 1 cucharada sopera de miel
- 1 chorrito de aceite vegetal
- 70 g de azúcar refinado
- 1 pizca de sal

En una ensaladera, mezclar los huevos con el azúcar, la miel y la pizca de sal. Batirlo todo enérgicamente durante 2 minutos para obtener una mezcla espumosa. Diluir la levadura en 1 cucharada sopera de agua y verter la mezcla en la ensaladera. Batirla. Tamizar la harina e incorporarla a la mezcla.

Calentar un chorrito de aceite en una sartén. Verter medio cucharón de masa en la sartén. Extenderla ligeramente con el dorso del cucharón para obtener un pequeño círculo. Cocinar a fuego medio y, en cuanto aparezcan burbujas, dar la vuelta a la tortita. Dejar cocer durante unos 3 minutos. Reservarla tapada con un trapo limpio.

Extender un poco de pasta anko sobre una tortita. Cubrirla con una segunda tortita. Apretar ligeramente. Hacer lo mismo hasta terminar la masa de tortitas. Comer templadas o conservar en papel film.





44



Daifuku

Preparación: 15 minutos
Cocción: 15 minutos

Para 8 daifukus

- 200 g de pasta de judías anko (véase p. 24)
- Fécula de patata (o de maíz)
- 100 g de harina de arroz glutinoso
- 80 g de azúcar refinado

El daifuku es uno de los pasteles más populares de la repostería japonesa. Se compone de una envoltura de arroz glutinoso (mochi) rellena con la pasta de judías rojas (anko). ¡Es un dulce que resulta muy fácil de hacer en casa, así que no dudes en lanzarte!

Dividir la pasta anko en 8 partes y formar 8 bolas. Reservarlas en la nevera.

En un cuenco, mezclar la harina de arroz glutinoso con el azúcar y 15 cl de agua.

Calentar el agua en una vaporera. Poner el cuenco en el cestillo para cocer al vapor, taparlo y cocer durante 15 minutos.

Echar la fécula sobre la superficie de trabajo y poner encima la pasta cocida con una espátula de silicona. Cubrirla con fécula porque es muy pegajosa (poner mucha sin miedo). Cortarla en ocho trozos.

Tomar una parte de pasta y extenderla en la palma de la mano. Poner una bola de anko, envolverla con la pasta y cerrar el daifuku. Hacer lo mismo con los otros 7 daifukus.

Variante con matcha: incorporar 1 cucharadita de café de matcha en polvo a la harina de arroz glutinoso antes de cocer la pasta.

Variante con kinako: reemplazar la fécula por kinako.

Variante con frutas: véase la receta en la página 76.





40