

CARACTERÍSTIQUES DEL PLAT

- Recepta per a 4 persones
- Duració de la preparació del torrò:
2 hores i 15-20 minuts
- Duració de la preparació del pastís
de formatge: 30-40 minuts
- Més propietats antioxidants
- Més baixes en sucre
- Utilització de productes ecològics i
naturals



AQUEST NADAL MENJA LOCAL

CONTACTA AMB NOSALTRES!

Direcció: Carrer Major de
Mercabarna, 76, 08040

Correu:

info@institutaliments.barcelona
Maria Sellarès, Hugo Yébenes, Marta
Vila i Irene Asensio



TORRÒ AMB
PASTÍS DE
FORMATGE



RECEPTA ORIGINAL

- El torró de xocolata està elaborat principalment amb xocolata (a escollir), mantega i sucre.
- El pastís de formatge està elaborat amb formatge tipus crema, nata líquida per muntar, sucre, farina de blat i ous.



RECEPTA MODIFICADA

- El torró de xocolata l'elaborarem sense sucre amb ingredients com: cacau pur 99% i sense oli de palma, mantega de cacau, oli de coco, crema d'ametlles, arròs i amarant inflat.
- El pastís l'elaborem amb formatge tipus crema baix en greix, farina de civada, sucre, sal i ous ecològics.

RECEPTA DE TORRÓ DE XOCOLATA

INGREDIENTS:

- 3/4 de tassa d'arròs inflat
- 1/4 de tassa d'amarant inflat
- 80 g de cacau 99% pur
- 120 g de mantega de cacau crua
- 1,5 cullerades d'oli de coco
- 25 g de baies de Goji (són antioxidants)
- 2 cullerades de crema d'ametlles torrades (preferiblement casolana)
- 25 g de dàtils
- Opcional: 1 culleradeta de canyella en pols

UTENSILIS:

- Caçó per coure al bany maria
- Motlle per torró o taper rectangular de vidre
- Una cullera

PREPARACIÓ:

1. Fondre al bany maria, el cacau negre i la mantega de cacau a foc lent, remenant amb cullera de fusta fins que quedin líquids i ben homogenis. Retirar i abocar en un bol gran.
2. Afegir en el mateix bol, els cereals inflats, la crema d'ametlles, les baies de Goji i dàtils, seguidament de la canyella, oli de coco. Barrejar tot bé.
3. Abocar el contingut en el motlle i deixar refredar com a mínim 2 hores a temperatura ambient i després en nevera.
4. Servir.



RECEPTA DE PASTÍS DE FORMATGE

INGREDIENTS:

- 330 g formatge tipus crema baix en greix
- 2 cullerades farina de civada
- 2 ous ecològics
- 2 clares ou
- 1 cullerada sucre

UTENSILIS:

- Recipient/ bol
- Cullera o estri de cuina per barrejar

PREPARACIÓ:

1. En un recipient batem el formatge, els ous i les clares
2. Seguidament, afegim el sucre i ho barregem
3. A continuació incorporem la farina de civada i un cop tot barrejat ho posem en un motlle
4. El posem al forn a 180 °C uns 20 min.
5. Traiem el pastís del forn, el deixem reposar i refredar per poder-lo desemmotllar



EMPLATAT

1. Tallem el torró en tires.
2. Posem dues en el centre del plat. Una tira sobreposa a l'altre formant una "creu".



3. Tallem el pastís de formatge en petits quadrats.
4. Col·loquem la porció de pastís entre les dues tires.
5. Ara, ja està llest per gaudir!!!