

RECETAS AL VAPOR

Flan de Vainilla con crema de Mascarpone e infusión de frutos rojos



Volumen de Agua	500ml (flan) / 500ml (infusión frutos rojos)
Tiempo de cocción	40 minutos (flan) / 30 minutos (infusión frutos rojos)
Nivel de la bandeja	3 (flan) / 2 (infusión frutos rojos)
Función del horno	Para el flan ½ de Vapor (50% de vapor) Para la infusión de frutos rojos (100% vapor)

INGREDIENTES

- . 200g de azúcar blanca
- . 2 cucharaditas de agua
- . 520ml de leche entera
- . 2 huevos
- . 4 yemas de huevo
- . 1 vaina de vainilla

ACOMPANAMIENTO

Crema de Mascarpone y yogur:

- . 50g de queso Mascarpone.
- . 75g yogur griego natural no azucarado.
- . 20ml leche infusionada con vainilla (de la preparación del flan).

Infusión de frutos rojos:

- . 300g de frutos rojos —fresas, frambuesas, grosellas, arándanos— que pueden ser congelados.
- . 40g azúcar.

Ralladura de naranja.

EXTRAS OPCIONALES

- . 6 flaneras individuales.

PREPARACIÓN

- a) En una cacerola, poner 100g de azúcar y agua, llevar a ebullición y reducir a fuego ya más lento hasta que adquiera una consistencia de caramelo de color tostado. Verter inmediatamente en las 6 flaneras individuales de forma que el fondo quede totalmente cubierto de caramelo.*
- b) En otra cacerola, poner la leche, cortar la vaina de vainilla en dos mitades y raspar con un cuchillo para extraer las semillas del interior de la vaina. Añadir las semillas y la vaina a la leche.*
- c) Calentar la leche hasta aproximadamente los 90°C —hay que evitar que rompa a hervir—. Sacar y dejar reposar tapada 10 minutos.*
- d) Mezclar en un bol —sin batir en exceso— los huevos, las yemas y 100g de azúcar.*
- e) Añadir despacio y con cuidado la leche caliente colada y sin parar de remover (reservando el poco para la crema de queso y yogurt) a la mezcla de azúcar y huevos.*
- f) Verter la mezcla en las flaneras individuales.*
- g) Añadir 500ml de agua al depósito de agua.*
- h) Colocar las flaneras sobre la bandeja para horneado al vapor en el nivel 3.*
- i) Activar la función $\frac{1}{2}$ de vapor (vapor al 50%) a una temperatura de 90°C y hornear durante 40 minutos.*
- j) Retirar del horno y dejar enfriar a temperatura ambiente antes de introducir en el frigorífico.*
- k) Añadir los otros 500ml de agua en el depósito de agua.*

- l) Poner las frutas mezcladas con azúcar en una bandeja de horno o cuenco con tapa en el nivel 2 del horno. Activar la función de vapor 100 % a 80°C y hornear 30 minutos. Colar el jugo obtenido y dejar que enfríe.*
- m) Batir el queso Mascarpone con el yogurt y dar textura de crema ligera con la leche infusionada con vainilla reservada una vez fría.*