

Crema catalana

INGREDIENTES

1 litro de leche fresca de vaca
8 yemas de huevo (480 g)
300 g de azúcar
50 g de maicena
1 rama de canela y ralladura de 1 limón
2 galletas de helado (opcional)

PREPARACIÓN

Guardamos un vaso de leche y el resto lo hervimos con la ralladura de limón y una rama de canela hasta que hierva. Una vez hierva lo retiramos del fuego.

En el vaso de leche que hemos guardado deshacemos la maicena y lo ponemos dentro de un bol con las yemas y 150 g de azúcar. Lo batimos hasta que se blanquee. Añadimos la leche que habíamos hervido y lo ponemos en una olla al fuego. Cuando empiece a espesar la retiramos. La dejamos enfriar en la nevera. De esta crema, reservamos una pequeña parte y la congelamos.

Ponemos los 150 g de azúcar restantes en un cazo con un poco de agua, a fuego bajo, y dejamos que se vaya deshaciendo. Una vez hecho el caramelo, reservamos un poco. El resto lo ponemos en una bandeja sobre un papel de horno, lo cubrimos con otro papel de horno y dejamos que se enfríe.

Con la ayuda de un rodillo, aplanamos el caramelo y hacemos un gran cristal, tan delgado como podamos. Lo rompemos a trocitos y lo ponemos encima de la crema catalana, servida en pequeños boles.

La crema que tenemos en el congelador la deshacemos y la ponemos sobre una de las galletas. Ponemos un poco del caramelo reservado por encima y lo tapamos con la otra galleta. Se coloca encima de la crema.

** Se consideran las emisiones generadas por la producción de los alimentos frescos antes de ser cocinados y consumidos, desde la producción hasta que el alimento fresco llega al punto de venta o procesamiento.*

CÁLCULO HECHO CON LA CALCULADORA DE
WWW.ELVALORDELOSALIMENTOS.ORG



Huella de carbono *

5,34 kg CO₂



Equivale a 2,25 litros de gasolina



Huella hídrica

224,00 litros



Equivale a 2,80 duchas



Ocupación de tierra

42,64 m²



Precio aproximado

3,98 €

