

Crema catalana de naranja

Ingredientes

Base de la crema catalana:

- 350 cc de leche descremada
- 20 g de maicena
- 2 yemas de huevos
- 25 g de tagatosa
- 125 cc de jugo de naranja natural recién exprimido
- 1 trocito de corteza de naranja sin la parte blanca

Caramelo en la superficie:

- 1 cucharadita de tagatosa

Información nutricional

1 porción

Energía (Kcal)	113
Proteínas (g)	4,8
Lípidos (g)	5,1
Colesterol (mg)	118,9
Hidratos de Carbono (g)	11,9
Sodio (mg)	55,1
Índice Glicémico (IG)	Bajo



4 Porciones



Nivel: Medio



30 minutos

Preparación

- En una fuente unir la maicena, el jugo de naranja y las yemas, mezclar bien y reservar.
- Elaborar base para crema catalana: En una olla colocar la leche y la corteza de naranja, llevar a fuego por unos 5 minutos para lograr una infusión de ambos ingredientes.
- Agregar la tagatosa y llevar a ebullición. Al momento de hacer ebullición, agregar de golpe la reserva de la maicena, las yemas y el jugo de naranja, revolver bien y dar cocción hasta que espese.
- Una vez lista la crema catalana, repartir la mezcla en 4 pocillos. Esperar que se entibie y colocar en el refrigerador por al menos 1 hora.
- Antes de servir, espolvorear con un poco de tagatosa en la superficie de cada postre, gratinar con soplete hasta formar una corteza de caramelo, decorar con unas hojitas de menta fresca.