elGourmet

Alegrías

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Amaranto: 100 grs
Semillas De Calabaza: 1/4 Taza
Maní Tostado: 1/4 Taza
Pasas de Uva: 1/4 Taza
Nueces: 1/4 Tazas
Jugo de Limón: 1 cdita
Piloncillo o Panela: 1 Unidad
Miel: 1/4 Taza

Preparación de la Receta

- Forrar una charola o fuente para galletas con papel encerado
- Combinar corazones de nuez, cacahuates tostados y pelados, pasas y pepitas de *calabaza* tostadas en un tazón
- Verter uniformemente sobre la charola o fuente con papel encerado
- Calentar *piloncillo* ya rallado, miel y *limón* en una olla mediana a fuego medio, revolviendo constantemente con una cuchara de madera hasta que el *piloncillo* se derrita y la mezcla haya espesado un poco, aproximadamente 5 minutos.
- Añadir el *amaranto* poco a poco, revolver rápidamente con la cuchara de madera para hacer una mezcla uniforme
- Verter de inmediato sobre la charola o fuente con las nueces
- Con las manos bien mojadas, presionar para compactar la mezcla y formar un gran bloque.
- Dejar enfriar al menos 20 minutos
- Voltear sobre una tabla de cortar, retirar con cuidado el papel encerado y cortar las alegrías en trozos rectangulares, utilizando un cuchillo grande mojado
- Si es necesario, volver a mojar el cuchillo para seguir cortando.
- Servir como postre
- Se conservan bien durante 2 semanas, envueltas en papel plástico y dentro de un contenedor hermético.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/alegrias