

# Barrita energética

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Bizcocho fondo japonés

**Azúcar:** 50 grs.

**Claras:** 175 grs.

**Azúcar impalpable:** 100 grs.

**Harina:** 25 grs.

**Vinagre Blanco:** Unas gotas

**Harina de almendras:** 100 g

### Praliné avellana con haba tonka

**Manteca:** 20 g

**Haba Tonka rallada:** 3 g

**Chocolate negro:** 70 g

**Chocolate de leche:** 85 g

**Praliné avellana:** 240 g

### Varios

**Cacao en Polvo:** Cantidad necesaria

**Cobertura de leche jade 40%:** 50 g

**Trufa de base:** Cantidad necesaria

## Preparación de la Receta

### Bizcocho fondo japonés

- Bata las claras junto con el azúcar y el *vinagre* hasta lograr el merengue.
- Coloque en un bowl el *harina* de almendras, el azúcar impalpable y el *harina*. Mezcle bien.
- Vierta las harinas sobre el merengue y mezcle. Coloque luego sobre un silpat y con la ayuda de una espátula estire bien liso dejando un grosor de 1cm.
- Cocine en horno a 160°C durante 30 minutos.
- Retire y corte en rectángulos de 3cm por 9cm.

## **Praliné avellana con haba tonka**

- Funda el *chocolate* negro y el *chocolate* de leche.
- Derrita la *manteca*.
- En un bowl mezcle el *praline* de avellanas junto con el *chocolate* fundido, la *manteca* y el haba tonka. Mezcle hasta llegar a una temperatura de 23°.
- Tome un molde cuadrado sin base y forme la misma con papel film. Vierta luego el *praline*, estire y deje enfriar.
- Desmolde y corte en tiras de 1cm y el mismo largo de los bizcochos.

## **Armado**

- Funda la cobertura de leche. Luego deje enfriar hasta llegar a una temperatura de 30°C.
- Sobre la mesada húmeda estire dos tiras de plástico, espolvoree las mismas con cacao en polvo.
- Coloque las tiras de *praline* entre dos bizcochos y cubra los costados con la trufa base.
- Vierta luego la cobertura sobre las tiras de plástico y estire con una espátula, coloque luego la barrita y envuelva. Proceda de la misma forma con el resto.
- Reserve las barritas fuera de la heladera durante 1 hora, luego retire el plástico.

## **Presentación**

- Espolvoree un plato con cacao en polvo y sirva las barritas.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/barrita-energetica>