

Ensalada de frutas secas y torta de chocolate y avellanas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Ensalada

Jugo de Naranja: 1 Taza

Damascos secos: 70 g

Agua: 1 Taza

Canela en rama: 1 Unidad

Almendras fileteadas tostadas: grs.

Azúcar integral orgánica: 1/2 Tazas

Agua de Rosas: 1 cedita.

Ciruelas secas: 70 g

Higos secos: 70 g

Yogurt Natural: 1 Tazas

Anís estrellado: 2 Unidades

Te de Flores

Pétalos de rosas varios: 5 cdas.

Flores de hibiscus: 2 cdas.

Cascara de naranja: 1 cedita.

Jengibre: 1 cda.

Torta de chocolate y avellanas

Chocolate amargo: 300 g

Avellanas peladas y tostadas: 150 g

Yemas: 5 Unidades

Claros: 5 Unidades

Azucar impalpable: 100 grs.

Aceite Neutro: 3/4 Taza

Sal: Una pizca

Almendras peladas y tostadas: 150 g

Cacao: 2 cda.

Trufas de chocolate y frutas rojas

Chocolate amargo: 200 g

Arándanos congelados: 100 g

Quinoa: 1/2 Tazas

Frambuesas congeladas: 100 g

Jengibre Picado: 1 cedita.

Preparación de la Receta

Ensalada

- Corte los higos, las ciruelas y los damascos en mitades y colóquelos en un bowl.
- Coloque en una *cacerola* el *jugo* de naranjas junto con el azúcar integral, la rama de canela, las estrellas de anís y el agua, lleve a fuego y cocine hasta realizar un *almíbar*
- Una vez que obtenga el *almíbar* retire del fuego y agregue el agua de rosas, bañe las frutas con el *almíbar* y deje reposar durante 24hs.

Trufas de chocolate y frutas rojas

- Funda el **chocolate** a baño maría, luego incorpore la *quinoa* junto con las frambuesas, los *arándanos* y el *jengibre*, mezcle bien.
- Sobre una placa con papel *manteca* disponga pequeñas porciones de la preparación
- Reserve en la heladera hasta que este firme.

Torta de chocolate y avellanas

- Coloque en un procesadora las avellanas junto con las almendras, el *chocolate* previamente picado y el cacao, procese.
- Bata las yemas junto con el azúcar impalpable y el aceite neutro hasta blanquearlas.
- Bata las claras con una pizca de sal hasta que estén firmes.
- Agregue los ingredientes procesados a las yemas blanqueadas, mezcle bien y luego incorpore de a poco las claras mientras mezcla en forma envolvente.
- En un molde circular previamente enmantecado y enharinado vierta la preparación y cocine en horno a 180°C durante 45 a 50 minutos aproximadamente.

Te de Flores

- Pele y corte el *jengibre* en finas rodajas.
- Coloque todos los ingredientes en una tetera y cubra con agua caliente, deje reposar unos minutos.

Armado

- Espolvoree la superficie de la torta con abundante azúcar impalpable y corte en porciones.

Presentación

- Sirva en un plato una porción de torta junto con las frutas secas en *almíbar*.
- Baña las frutas con *yogur* natural y decore con almendras tostadas y fileteadas
- Sirva las trufas en una fuente.

Tips

- Los higos tienen un gran aporte de fibra y se pueden consumir frescos o secos.
- Las avellanas poseen una gran cantidad de proteínas e hidratos de carbono.
- El *chocolate* contiene una importante fuente de energía.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-frutas-secas-y-torta-de-chocolate-y-avellanas>