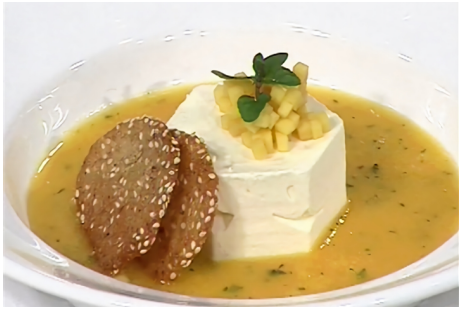
Parfait de yogur con sopa de mango y menta



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Parfait

Azucar: 100 grs.
Crema de leche: 300 grs.
Yogurt Natural: 300 g
Claras: 2 Unidades

Sopa de mango y menta

Almibar: 1/2 Taza
Jugo de Naranja: 1 1/2 Taza
Jugo de Limón: 1 cda.
Hojas de menta: 20 Unidades
Mangos: 2 Unidades

Tuil de sésamo

JARABE DE MAIZ: 100 g
Manteca: 200 g
Azucar: 240 grs.
Harina: 40 grs.
Semillas de sésamo blanco: 40 g
Leche: 8 cdas.
Nueces: 200 g

Preparación de la Receta

Tuil de sésamo

- Lleve una sartén a fuego y una vez caliente tueste el *sésamo* unos segundos.
- Procese las nueces.
- Coloque en una olla la *manteca* junto con el azúcar, leche y jarabe de maíz, lleve a fuego
- Una vez que rompa el hervor cocine durante 5 minutos más y retire

- Vierta la preparación en un bowl y agregue las nueces junto con la *harina* y las semillas de *sésamo*, mezcle y deje enfriar a temperatura ambiente, luego lleve a la heladera.
- Una vez fría la preparación forme bolitas y colóquelas sobre una placa previamente enmantecada y enharinada dejando distancia de 4cm entre cada una
- Cocine en horno a 180ºC hasta dorarlas.

Parfait

- Sobre un *tamiz* cubierto con un lienzo escurra el **yogur** durante 8 horas.
- Bata las claras.
- Coloque el azúcar en una olla y cubra con agua, lleve a fuego y realice un *almíbar*.
- Una vez que el *almíbar* este a punto incorpórelo en forma de hilo a las claras, bata hasta que el merengue este a punto y se enfrié.
- Bata la *crema* de leche a ½ punto, luego incorpore el *yogur*, mezcle y por ultimo agregue el merengue en 2 veces mientras incorpora en forma envolvente.
- Rellene moldes individuales con el **parfait** y lleve a freezer durante 2 horas aproximadamente

Sopa de mango y menta

- Pele los mangos y corte groseramente.
- Coloque los mangos en una licuadora junto con el *almíbar*, el *jugo* de naranjas y el *jugo* de *limón*, licue unos segundos e incorpore las hojas de **menta** fresca, licue nuevamente.

Armado

- Desmolde el *parfait*.
- Sirva en un plato un *parfait* junto con la **sopa** de mango y *menta*.

Presentación

- Decore el *parfait* con cubitos de mango, hojas de *menta* y las tuil de *sésamo*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/parfait-de-yogur-con-sopa-de-mango-y-menta