

RecetaKA

PROFITEROLES DE PLÁTANO

Ingredientes para 6 personas;

Para la pasta choux: 125 ml de leche / 125 ml de agua / 100 g de mantequilla / 150 g de harina / 3 huevos / 2 cucharaditas de azúcar / 1 pizca de sal / miel / azúcar glas

Para la crema: 5 plátanos / 300 ml de nata líquida / 60 g de mantequilla / 2 cucharadas de azúcar



Para la pasta choux

1. Poner a calentar la leche y el agua en una cazuela
2. Añadir la mantequilla y dejar que se funda.
3. Mezclar el azúcar, una pizca de sal y la harina en un bol. Incorporar a la cazuela
4. Mezclar bien hasta que se haga una pasta
5. Retirar la cazuela del fuego e incorpora los huevos de uno en uno. Dejar reposar

Para hacer los profiteroles

1. Introducir la masa en una manga pastelera
2. Dibujar unos pastelitos individuales sobre una fuente cubierta de papel de horno
3. Hornear a 180º durante 15-20 minutos

Para la crema de plátanos

1. Derretir la mantequilla en una sartén y añadir los plátanos troceados
2. Agregar el azúcar y deja que se caramelicé
3. Incorporar la nata y cocina todo durante 5 minutos
4. Introducir la crema en una manga pastelera y rellenar los profiteroles
5. Espolvorear con azúcar glas

*Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres **supervisen, ayuden y se diviertan** cocinando con ellos*