

RECETAS con TAPIOCA

>> DULCE DE COCO Y TAPIOCA

- 4 cucharadas de tapioca
- 2 cucharadas de coco deshidratado
- 6 cucharadas de azúcar morena
- 3/4 de litro de leche de soja

Procedimiento:

1. Introduce en una olla pequeña la tapioca, el azúcar, el coco y la leche.
2. Mezclar bien todo el conjunto y cocer a fuego lento durante 5 minutos o hasta que veas que se espesa.
3. Durante la cocción, remueve constantemente con una cuchara de madera.
4. Retira del fuego y deja enfriar.
5. Reparte la mezcla en cuatro vasos llenándolos hasta la mitad e introdúcelos en la nevera para que se enfríen bien.
6. Se puede poner una mermelada, yo he puesto unos nísperos en almíbar.



>> PASTEL DE TAPIOCA Y CHOCOLATE

Para 4 personas:

Ingredientes:

- 1 sobre de flan instantáneo en polvo.
- Azúcar morena
- 2 1/2 vasos (500 ml.) de leche desnatada
- 3 Cd. de tapioca express
- 1 huevo mediano
- 1 cta. de extracto de vainilla líquida
- 4 ct. (20 gr.) de cacao en polvo no azucarado (para celíacos, usar chocolate SG).

Procedimiento:

1. En un cuenco con capacidad para 2 litros, mezclar el polvo para flan, el cacao, el edulcorante y la leche. Echar la tapioca. Mezclar. Cubrir y meter en el horno microondas (potencia 750 w) durante 3 minutos descubiertos.
2. Mezclar el huevo y la vainilla- Echar esta mezcla en la preparación previa y cocer descubiertos 1 minuto. Mezclar de nuevo y dejar reposar 20 minutos.
3. Cubrir la superficie del pastel con un film alimentario elástico para impedir la formación de una costra. Servir tibio o muy frío.



>> PUDIN DE TAPIOCA

Ingredientes para 4 personas

- 150 gramos de azúcar morena
- 750 gramos de chocolate (si eres celíaco, usa chocolate SG)
- 5 huevos
- 750 ccs de leche
- 150 gramos de tapioca
- 1 pizca de vainilla

Elaboración:

1. Con un poco de leche se va fundiendo el chocolate.
2. Se agrega la leche que queda y el azúcar.
3. Cuando hierve se echa la tapioca poco a poco y la vainilla.
4. Se remueve continuamente durante 20 minutos.
5. Antes de que enfríe se echa las claras de huevo a punto de nieve.
6. Se echa el caramelo, azúcar en una sartén y se deja dorar.
7. Se cuece a baño maría.
8. Se sirve frío



>> CREMA DE TAPIOCA Y ANIS

Ingredientes:

- 180 gramos de leche condensada
- 1 taza de agua
- 1 cucharadita de vainilla
- 1 litro de leche de soja
- 100 gramos de tapioca
- 5 huevo, yemas
- Esencia de anís y sésamo para decorar

Procedimiento:

1. Se pone a fuego lento la leche, se agrega la leche condensada, y la vainilla cuando la leche condensada esta disuelta se agregan las yemas, la leche no debe estar muy caliente porque las yemas se hacen hebras.

Se mueve constantemente con una cuchara de palo para que no se pegue durante 20 minutos. Cuando se pone la leche al fuego, la tapioca se pone a remojar con la taza de agua. Finalmente se quita el exceso de agua a la tapioca y se le agrega a la leche, la esencia de anís y se sigue moviendo por 10 minutos más o hasta que la tapioca se vea transparente. Se sirve fría.

