

Nueces caramelizadas con miel

Posted By [VelSid](#) On noviembre 26, 2010 @ 19:19 In [Postres](#) | [No Comments](#)



Ojeando las recetas el libro [El mundo en mi cocina de Gordon Ramsay](#) del que os hablábamos esta mañana, hemos encontrado un postre de sandía frita, que en esta época no podemos elaborar, pero se acompañaba de yogur y unas **nueces caramelizadas**, ha sido en este momento cuando recordamos que varios de vosotros nos habíais solicitado alguna receta para hacerlas. Creemos que es un buen momento (siempre es un buen momento) para preparar unas nueces caramelizadas que decoren nuestros postres aportándonos además sabor y textura, hay muchas formas de hacerlas, pero como hoy hemos puesto en práctica las de este reconocido chef, vamos a mostraros cómo hacer nueces caramelizadas con miel.

Generalmente nosotros las hemos hecho con azúcar, blanco y moreno, en alguna ocasión son [sirope de arce](#) o con [jarabe de glucosa](#), y también con miel, pero en distintas proporciones. Todas estas fórmulas para hacer nueces caramelizadas os las podemos ir mostrando, incluso algunas aromatizadas con [especias](#) que quedan muy bien. Dependiendo de si se desean con una cobertura de caramelo más gruesa o más fina, más crujiente o más blanda, hay que modificar ingredientes, las **nueces caramelizadas con miel** que podéis ver sobre estas líneas, son tiernas e ideales para cualquier postre o para comer como tentempié, aunque con un poco de moderación, pues como sabemos, los [frutos secos](#) son muy energéticos, y éstos además incorporan más azúcares y grasas.

Ingredientes

100 gramos de [nueces](#) peladas, 65 gramos de miel, 15 gramos de mantequilla.

Elaboración

Una vez tengas las nueces preparadas, que puedes comprarlas peladas o con su cáscara y abrirlas con un cascanueces, procurando que queden bastante enteras, prepara también una superficie plana, puede ser una bandeja, cubriéndola con [papel vegetal o sulfurizado](#).

Pon en un cazo la miel y la mantequilla, utiliza un cazo que tenga una base gruesa para que ofrezca una difusión del calor uniforme. Pon a fuego medio y mueve de vez en cuando con una espátula de silicona para que la mantequilla y la [miel](#) se fusionen.

En ese momento incorpora las nueces consiguiendo que queden casi cubiertas con la miel, moviéndolas de vez en cuando, deja que evapore el agua y empiece a caramelizar. Cuando quede muy poco caramelo que no haya quedado adherido a las nueces, viértelas sobre el papel sulfurizado separándolas para que se enfríen y no queden pegadas.

Deja reposar y enfriar completamente, después puedes pasar las nueces caramelizadas con miel a un tarro con tapa hermética y guardarlas hasta el momento de consumo.

¡Buen provecho!

Article printed from Gastronomía & Cía: <http://www.gastronomiaycia.com>

URL to article: <http://www.gastronomiaycia.com/2010/11/26/nueces-caramelizadas-con-miel/>

Copyright © 2010 Gastronomía y Cía.. Todos los derechos reservados.