Pau | al xup-xup



POSTRES · VEGETARIÀ

Gelat de flor de saüc

4 racions 336 kcal

Ingredients

- **200 g** de llet sencera
- **150 g** de nata
- **70 g** de sucre normal
- **30 g** de sucre invertit
- **100 g** de rovells d'ou (uns 5 o 6 rovells, segons la mida)
- **3**-4 ramillets de flors de saüc fresques
- Un pessic de sal, opcional

PER RACIÓ

Proteïnes	6,6 g
Greixos	22 g
Hidrats	29 g
Fibra	0,2 g

Elaboració

1. Escalfar la llet fins a uns 60 °C, que ha d'estar calenta però controlada
2. Afegir-hi les flors de saüc i deixar que perfumin la llet
3. Quan les flors comencin a agafar un to marronós, colar la llet
4. Batre els rovells amb el sucre normal i el sucre invertit fins que la barreja quedi més clara i cremosa
5. Incorporar-hi la llet infusionada a poc a poc, remenant constantment, i després afegir-hi la nata
6. Tornar la mescla al foc suau i portar-la fins als 82 °C
7. Refredar-la a la nevera fins que baixi bé de temperatura, idealment per sota dels 4 °C
8. Quan sigui ben freda, passar-la a la geladora
9. Si no tens geladora, posar la mescla en un recipient ample al congelador i remenar-la amb energia cada 30-40 minuts durant les primeres 3-4 hores, trencant els cristalls de gel

RECOMANACIONS

Només collir els ramillets que tinguin totes les flors obertes, ja que els bulbs són tòxics, a part de les fulles, branques i escorça. Si la infusió s'allarga massa o la temperatura puja massa, poden aparèixer notes amargants. Si la queda entre 5 i 10 °C, també funciona.

Fet amb CookNest