MARÍA



POSTRES · VEGETARIANO

Buñuelos de viento

6 raciones 357 kcal

Ingredientes

- **250 ml** agua
- **50 gr** mantequilla
- **5 gr** sal
- **150 gr** harina
- **10 gr** levadura
- **4** huevos

CREMA

- **400 ml** leche (300+100)
- **3** huevos
- **40 gr** maicena
- **80 gr** azúcar
- Canela en rama y polvo
- Pieles de cítricos

POR RACIÓN

Proteínas	**12 g**
Grasas	**15 g**
Hidratos	**43 g**
Fibra	**0,9 g**

Elaboración

CREMA

1. Mezclamos en un bol las yemas, la cantidad pequeña de leche y la maicena e integramos
2. En la cazuela ponemos la cantidad grande de leche, canelas y pieles de cítricos, cuando hierva colamos la otra mezcla y removemos hasta que espese
3. Ponemos en un recipiente con film a capa para enfriar
4. En una cazuela añadimos el agua, la sal y la mantequilla, mezclamos hasta que empiece a hervir
5. Una vez hierva añadimos la harina y levadura tamizadas, vamos mezclando con el fuego apagado aunque es una mezcla muy dura
6. Dejamos reposar 5 minutos, sacamos del fuego y vamos añadiendo los huevos, uno a uno, hasta integrar, conseguiremos una masa muy pegajosa
7. Ponemos una sartén/cazuela al fuego con bien de aceite y con ayuda de dos cucharitas vamos añadiendo la masa
8. Cuando estén dorados, les damos la vuelta y es entonces cuando crecen y se inflan

9. Sacamos con la espumadera a una rejilla con papel absorbente y dejamos enfriar
10. Les hacemos un agujero, rellenamos y rebozamos en una mezcla de azúcar con canela
11. Sean de nata o crema, los conservamos en la nevera

Hecho con CookNest



Todas las recetas de MARÍA 👨🏽‍🍳

cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy