

Sabores del Ecuador con historia
Por: Chef Alberto Guzmán D.

El Telégrafo artículo No. 25.

MOUSSE DE CHOCOLATE



Ingredientes

- 4 tulipanes
- 200 gr. de chocolate de cobertura
- 1 taza de crema de leche batida
- 2 yemas de huevo batidas
- 2 claras batidas a punto de nieve
- 6 cucharas de azúcar
- 1 cucharita de vainilla
- 2 cucharas de amaretto
- 4 kiwis lavados y cortados en medallones
- ½ taza de frutillas lavadas desinfectadas y cortadas sin tallos picadas
- 4 hojas de cedrón

Preparación paso a paso

1.-Trocee el chocolate y coloque en una olla a baño de María, funda el chocolate a fuego moderado deje que se derrita, adicione la vainilla, el amaretto, las yemas de huevo y dos

cucharas de crema de leche, continúe batiendo, en forma envolvente hasta que se hayan mezclado los sabores, cuando el chocolate esté lizo y brillante, retire del fuego y reserve.

2.- Ponga a refrigerar la crema por lo menos una hora en la nevera, al cabo de este tiempo empiece a batir a velocidad baja por lo menos dos minutos, cuando observe que la crema empieza a espesar y se forman una especie de arrugas, agrega tres cucharas de azúcar, suba la velocidad y bata hasta que la crema se espese completamente y se ponga muy sólida. Coloque la crema en una manga pastelera con boquilla de picos y reserva en la nevera hasta el momento de utilizar.

3.- Bata las claras a punto de nieve hasta que estén firmes, adiciona las otras tres cucharas de azúcar y continúe batiendo hasta que se disuelva el azúcar y las claras se encuentren muy firmes. Ahora agregue el chocolate y mezcla muy suavemente en forma envolvente y refrigere por unos quince minutos.

4.- Tome un tulipán y proceda a rellenar hasta la mitad con la mezcla de las claras que están unidas con el chocolate.

5.- Proceda a decorar los cuatro tulipanes con la crema batida con el azúcar impalpable formando una especie de suspiros y termine colocando ordenadamente las frutillas , los kiwis y las hojas de cedrón lleva a la nevera hasta el momento de servir.

Consejos

- Es necesario mantener la crema una hora antes de batir en la nevera para que espese más rápido y no se baje la textura luego de un corto tiempo.
- Si quiere mejorar el sabor del chocolate y dar mejor color a la preparación, agregue unas dos cucharas de esencia de café y bata a fin de que se mezcle y se distribuya el sabor uniformemente.
- Batir las claras de huevo hasta obtener picos suaves, agregue el azúcar y bata nuevamente hasta que la mezcla forme picos firmes al levantar el batidor (aproximadamente 30 segundos).
- Recuerde que la base del mousse es la clara de huevo montada a punto de nieve, lo cual le dan consistencia esponjosa, utilice una batidora de mano para lograr este efecto.
- El mousse se puede elaborar con chocolate blanco o negro.

Beneficios del chocolate

Muy pocas personas saben cuáles son los beneficios del chocolate y desconocen cómo su consumo puede impactar positivamente en la salud de las personas. El chocolate, especialmente el chocolate oscuro con un alto contenido de cacao, ofrece diferentes beneficios nutricionales y promueve el bienestar físico y mental.

Uno de los principales beneficios del chocolate tiene que ver con la salud cardiovascular, ya que se ha demostrado que su consumo ayuda a dilatar los vasos sanguíneos y disminuir la presión arterial.

Los beneficios del chocolate para el cerebro son muy amplios, y diferentes estudios científicos respaldan los efectos positivos que tiene sobre las funciones cognitivas.

Además de los beneficios del chocolate para el cerebro, tenemos que hablar de los beneficios que tiene para el cuerpo, sobre todo, en lo que respecta a las funciones metabólicas.

El chocolate también ayuda a que las células de la piel reciban una mayor cantidad de oxígeno y de nutrientes esenciales para su bienestar.

Por último, los beneficios del chocolate, tenemos que mencionar que su sabor, su aroma y su textura pueden producir una sensación muy placentera. El sabor del chocolate es muy estimulante, y son muy pocas las personas que no disfrutan de consumirlo.

Además, a nivel cultural el chocolate está asociado con experiencias placenteras y de celebración, ya que se suele consumir en momentos especiales. El chocolate es un símbolo de placer y gratificación, y las personas lo consumen con el propósito de sentirse bien.

Entérate algo más del Mousse de chocolate

La terminología mousse proviene del francés “moss”, que significa musgo o espuma. Curiosamente, cuando nos viene a la mente el nombre de este postre se nos hace agua la boca. Pues, es una preparación que puede ser dulce o salada. Incluso, servirse fría o caliente, dependiendo si se pide como plato de entrada o como postre. De cualquier forma, no deja de ser irresistible para nuestro paladar.

En conjunto con el mousse de café y el de azafrán, el mousse de chocolate aparece por primera vez en 1755. En específico, en un recetario de Les soupers de la cour, del cocinero francés Menon. En este, se describía que esta preparación se realizaba a base de crema de

leche batida, a la que se le podía agregar unas simples claras de huevo. Y, además, se recomendaba guardar en hielo por aproximadamente dos horas.

De esa manera, se lograba conseguir la consistencia deseada y reafirmar aún más el sabor de la preparación. De estas tres recetas, la más sobresaliente es el mousse de chocolate, pues su sabor enamora y seduce a cualquiera. quien es el inventor de esta receta es objeto de controversia, ya que hay varias teorías.

Tradicionalmente, la mousse se prepara batiendo nata o claras de huevo hasta obtener una textura esponjosa, ligera y aireada. Antes de la invención de las batidoras eléctricas y las batidoras de mano, esta era una tarea laboriosa, asumida sólo por los pasteleros más dedicados. Hoy en día, preparar una mousse de chocolate perfectamente suave y cremosa es tan fácil gracias a los equipos que nos ahorran tiempo y esfuerzo físico.

Recordando personajes



MARÍA ANGÉLICA IDROVO

María Angélica Idrovo nació en la parroquia San Pablo, cantón Otavalo, el 29 de julio de 1890. Una vez graduada como maestra obtuvo una beca para estudiar en Argentina y Uruguay para adquirir conocimientos que luego los pondría en práctica cuando esté de regreso en el Ecuador. Una vez en el país fundó los Liceos "Ariel de Guayaquil", "Fernández Madrid" y "Simón Bolívar". Murió en la ciudad de Quito, el 26 de febrero de 1956.

Desde muy joven se dedicó a la enseñanza con verdadera vocación y entrega total en beneficio de la educación, por lo que en reconocimiento a sus méritos fue becada y pudo viajar a la Argentina y el Uruguay para perfeccionar las técnicas docentes y adquirir nuevos conocimientos y sistemas educacionales.

Radicada en la ciudad de Quito, donde viajó en busca de nuevos horizontes para desarrollar su labor pedagógica, fundó los liceos "Ariel de Guayaquil", "Fernández Madrid" y "Simón Bolívar", y fue además, durante muchos años, rectora y profesora del Colegio

Normal Manuela Cañizares, de esa ciudad. A más de haber sido una gran educadora, fue una escritora de fuste que publicó numerosas obras, la más importante: “Homenaje a las Madres”.

El camino recorrido por María Angélica Idrovo en el camino de la docencia, deja una estela luminosa que sirve de norte y guía al numeroso ejército conformado por el Magisterio Nacional; y el árbol de su sapiencia ha dado opimos frutos, razón por la cual su nombre se ha grabado en los frontispicios de algunos planteles del país y otras instituciones; el 24 de mayo de 1960 se erigió un monumento en la ciudad de Quito en la avenida Patria, el mismo que inmortaliza la egregia personalidad de María Angélica Idrovo, el cual sirve de ejemplo y espejo para mirarse en él las maestras del Ecuador.