



Dificultad:
Media



Porciones:
14



Tiempo:
100 minutos

Información Nutricional

Energía:	324 Kcal
Proteínas:	2.7 g
Grasa Total:	15.2 g
Colesterol:	44 mg
H. de Carbono:	45.0 g
Fibra Dietética:	66 g
Sodio:	0 mg

NIDOS DE MERENGUE RELLENOS CON MANJAR Y CREMA DE LÚCUMA

Ingredientes

Nidos

- 1 Taza de claras de huevo
- 2 Tazas de azúcar granulada
- 1 Pizca de sal

Relleno

- 1 ½ Tazas de manjar NESTLÉ®
- 500 ml de crema larga vida NESTLÉ®
(Refrigerada del día anterior)
- 300 g de puré de lúcuma endulzado

Preparación

1.- Junta en un bowl las claras de huevo con el azúcar y la pizca de sal. Lléalas a baño maría suave removiendo de vez en cuando hasta disolver el azúcar completamente en las claras e integrar bien.

2.- Retira el bowl del baño maría y bate enérgicamente durante 8 a 10 minutos hasta triplicar su volumen y conseguir una preparación espumosa y satinada, que al levantar el aspa del batidor quede una punta colgando sin que esta se desprenda. De inmediato coloca el merengue dentro de una manga pastelera con una boquilla lisa de 1 cm. de grosor como máximo. Luego, sobre una lata con papel mantequilla forma los nidos, comenzando desde afuera hacia adentro y luego dando forma a las paredes con tres vueltas idealmente.

3.- Lleva a horno pre-calentado a 80 – 90°C y hornéalos con la puerta junta del horno durante 1 hora aproximadamente hasta cocerlos completamente y secarlos bien (no deben dorarse). Una vez listos, retíralos del horno y despréndelos cuidadosamente del papel mantequilla aún en tibio.

4.- Mientras, junta en un bowl la crema larga vida NESTLÉ® con el puré de lúcumas. Bate enérgicamente con la ayuda de una batidora eléctrica hasta duplicar el volumen y conseguir una textura aireada y más firme. Rellena cada merengue con una cucharada de manjar NESTLÉ® y cubre con abundante crema de lúcumas. Lleva refrigeración y sirve bien frío cuando gustes.

Nota

Recuerda que el baño maría es una cacerola de menor tamaño del bowl en donde está las claras con el azúcar. Por otro lado el agua caliente no debe tocar la base de bowl si no que debe ser un calor suave y prolongado.

