



PÚDING DE PA

INGREDIENTS PER A 12 COMENSALS

- 300 g de sucre
- 60 ml de aigua
- 250 g de molla de pa
- 750 ml de llet de vaca desnatada
- 4 unitats de rovell d'ou
- 3 unitats de clara d'ou
- 0.5 unitat de llima
- 75 g de panses
- 5 g de anous picades
- 20 ml de conyac

LA PREPARACIÓ

- Caramel per al motle:
- En una paella, col·loca 200 grams de sucre per al caramel i humiteja'n les vores amb l'aigua. Porta-ho a foc baix, fins a obtenir un caramel ros. No ho mescles per a evitar que es cristal·litze el sucre. Cobrix-ne el motle o els motles triats i deixa-ho refredar fins que s'endurisca.
- Massa:
- Trenca la molla de pa amb les mans en trossos menuts, remulla'ls amb la llet i deixa'ls reposar tota una nit a la nevera.
- Mescla els rovells i les clares amb els 100 grams de sucre restants i deslliga'ls amb l'ajuda d'un batedor.
- Afegeix-hi la ratlladura de llima i mescla-ho fins a homogeneïtzar.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 42.9 g	Grases 3.6 g
Kcal 235	Proteïnes 6.1 g

- Incorpora a la molla de pa ja hidratada les anous, les panses , prèviament hidratades en el conyac i, per últim, els rovells i les clares.
- Bolca la preparació anterior en els motles. Cuina-ho al bany maria al forn a temperatura mitjana, fins que en inserir-hi el furgadents n'isca net. Servix-ho, si ho desitges, acompanyat de nata muntada.