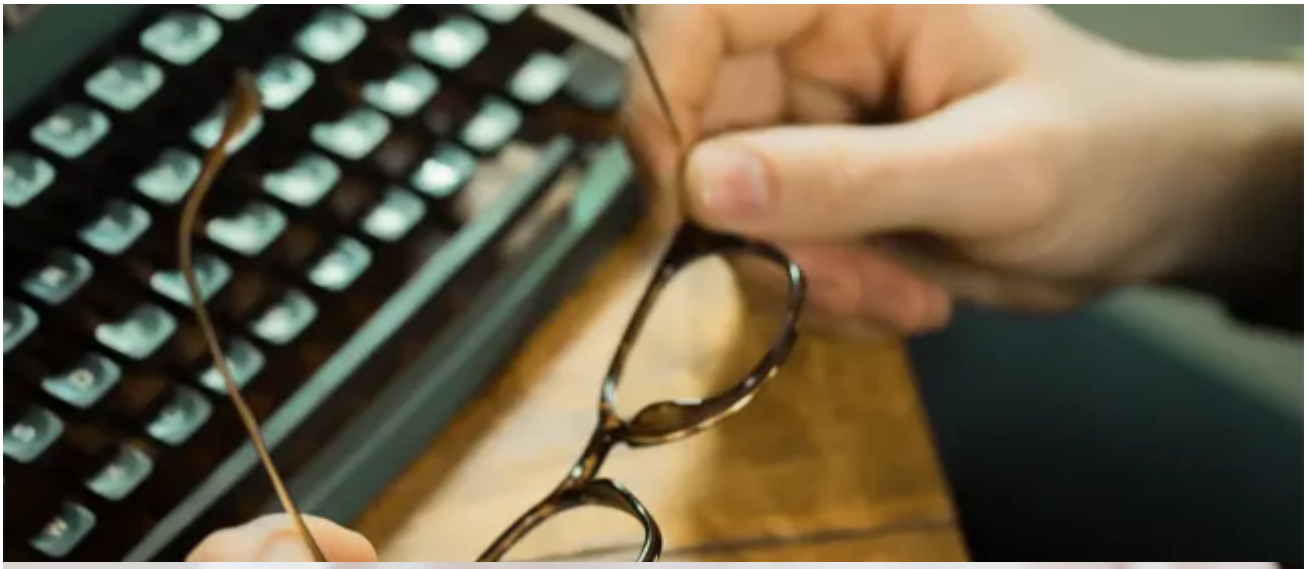
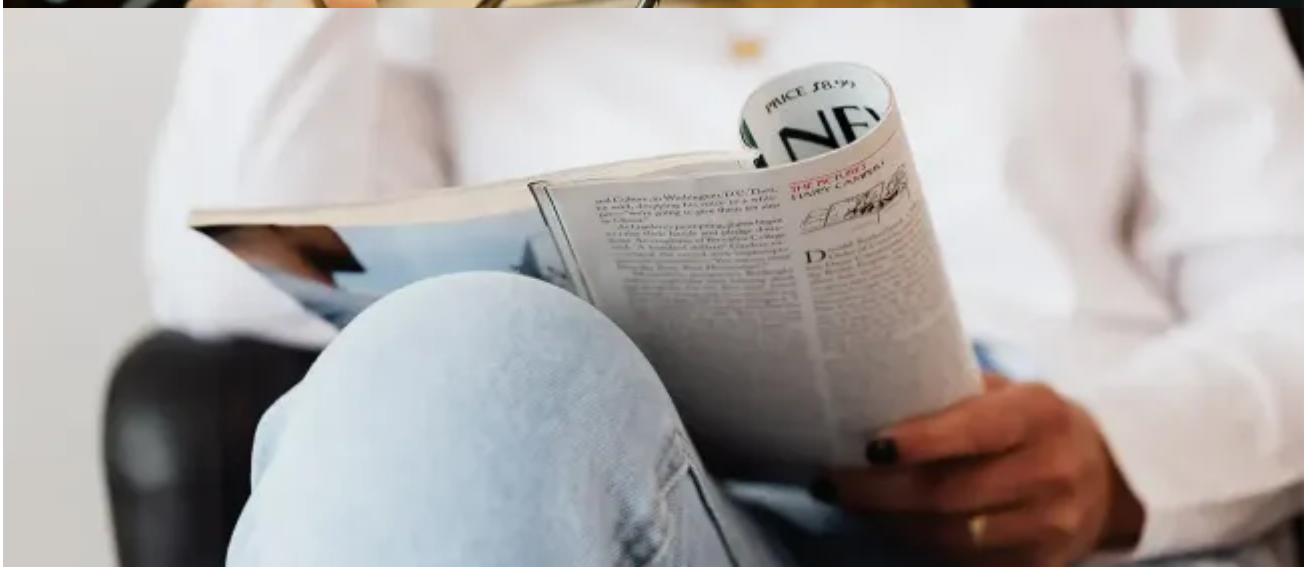
Mousse de plátano y ají dulce





Tiempo de lectura: 4 min.

Foodografo

Dom, 17/11/2019 - 08:00

Uno de los mayores placeres que tenía (y que recuerdo) de mi vida de los finales de los 80 y principios de los 90 era revisar el periódico del domingo. En Venezuela los más grandes eran El Nacional y El Universal. Mis papas eran más tendencia de El Nacional, pero otros familiares o amigos, preferían el otro. En esos años, en los que ya era un niño grande y cercano a la pubertad, disfrutaba enormemente todo lo que traía el periódico: los comics (o comiquitas como les decimos) y las secciones extras

que no salían entre semana. Pero de todo mi preferida era la revista: traía secciones muy buenas como el horóscopo largo, los crucigramas, entrevistas a la farándula de la época, entre otros.

El asunto es que esa revista se llamaba Feriado y además, tenía recetas de cocina. Eso no lo recordaba, la verdad, porque a esa edad era poco probable que me interesara aprender a cocinar. Mi mayor acercamiento a eso, era acompañar a mi abuelo con mis hermanos y mis primos al mercado libre (nombre que le damos en Venezuela a los mercados de plaza).

El tema por el que traigo a estas páginas el recuerdo, es que fue hasta que creé este blog que supe que la revista del domingo tenía recetas. Mi prima Laila a los meses de empezar a publicar recetas, me escribió desde Caracas y me contó que a Aníbal (su esposo) y a ella, les haría mucha ilusión que yo desarrollara una receta que habían publicado en revista en los años 80s: mousse de ají dulce con plátano.

A mí de una me llamó la atención, pero en esos primeros meses que tanto dediqué a generar contenido, estaba tan emocionado que dejé dormir la receta. Luego estuve haciendo cursos de cocina en mis viajes y empecé a producir material para no olvidar hacerlas, y finalmente, este año, decidí despertar del letargo la receta en cuestión. Tuve incluso que pedirle a Laila que me la reenviara porque no encontraba el email y ella tan “juiciosa” lo hizo súper rápido.

Haber intentado la receta me emocionó mucho por varias razones. Primero, porque eran ingredientes que disfruto mucho y que son protagonistas de la cocina venezolana. Segundo, desempolvó nostalgias de los años más lindos de la historia contemporánea de mi país que fueron esas dos décadas: 80s y 90s. Y tercero, e igual de importante, me divirtió mucho conversar con Aníbal sobre la receta e ir mostrándole los dos o tres intentos.

En los días que ensayé la receta, Aníbal fue buscando en los recovecos de su biblioteca información sobre ese mousse de ají dulce y me envió información que me dificulta referenciar, pero que me sorprendió, ya que en un artículo dicen que esta receta se servía en el restaurante del Country Club de Caracas, y que años después salió en un libro de recetas que se llama “Quien es quien en la cocina”. Como carezco de la fuente, si alguien está leyendo y las tiene, por favor le pido que me la comparta.

Aníbal ahora anda resolviendo temas de salud en España, pero yo aprovecho esta nota para agradecerle toda la emoción que le metió a esta receta y a los comentarios e información que me fue compartiendo. Aníbal: deseo mucho que te mejores pronto, y espero que algún día podamos preparar este mousse de ají dulce y plátano.

La receta del mousse de ají dulce y plátano

Para 6 personas

Ingredientes:

Para el mousse:

1 plátano maduro

2 huevos

½ lata de crema de leche (equivale a ½ taza)

Para la salsa de ají dulce:

200 gramos de ají dulce (sin semillas y cortados en cuadritos pequeños)

½ cebolla cabezona mediana

1/3 de botella de vino blanco

½ lata de crema de leche (equivalente a media taza)

1 tbsp (cucharada) de maizena

½ tsp (cucharadita) de sal

½ tsp (cucharadita) de pimienta

2 tbsp (cucharada) de mantequilla o de aceite de oliva

Agua

Necesitarás moldes pequeños tipo ramekin para hornear.

¿Qué hago?

1 Precaliento el horno. Licúo todos los ingredientes del mousse (plátano, huevos y crema de leche) por un minuto o hasta que no se vean trozos de plátano enteros.

2 Engraso moldes de cerámica tipo “ramekin” con aceite vegetal en spray o con mantequilla, y vierto la mezcla licuada.

3 Pongo a hornear por 40-45 minutos a 180ºC / 350F o hasta que al insertar un palito en los moldes, salga limpio. Retiro del horno, dejo enfriar y desmoldo.

4 En paralelo mientras horneo la mousse, hago la salsa de ají dulce. Corto el ají dulce en cuadritos pequeños y diluyo la maizena en dos cucharadas de agua.

5 En un sartén a fuego medio pongo a sofreír la cebolla en aceite de oliva o mantequilla. Agrego ají dulce, sal y pimienta y cocino por 1 minuto. Sigo con el vino por 4 minutos más (reducir a la mitad), y por último, bajo el fuego y añado la crema de leche y la maizena diluida y cocino por 8 minutos más. Si está muy densa y se ha secado la mezcla, agrego ½ taza de agua. Pruebo y verifico si necesito más sal y pimienta. Apago y dejo enfriar unos minutos.

6 Licúo la salsa hasta que se vea cremosa y cuelo si es necesario (este paso lo recomiendan en la receta, pero yo lo evito para no generar desperdicio). Sirvo en un plato una mousse y en el top o alrededor acompaño con dos o tres cucharadas de la salsa.

Disfruto de este original y delicioso plato.

El dulce del plátano va muy bien con el sabor del ají dulce.

Noviembre 14, 2019

http://foodografo.com

ver PDF
Copied to clipboard