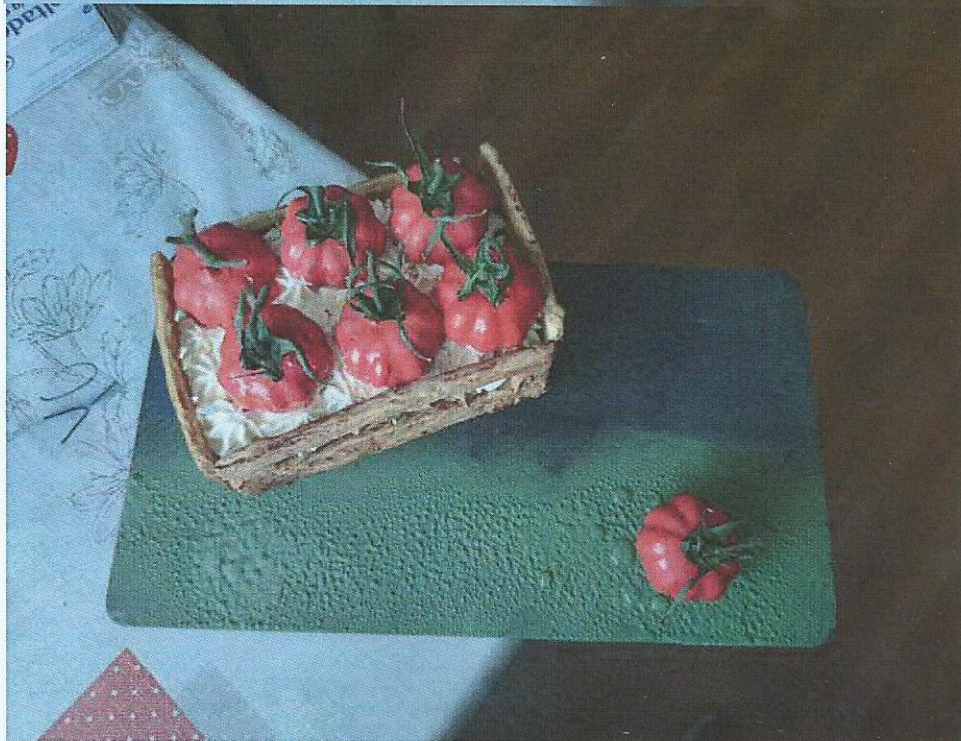


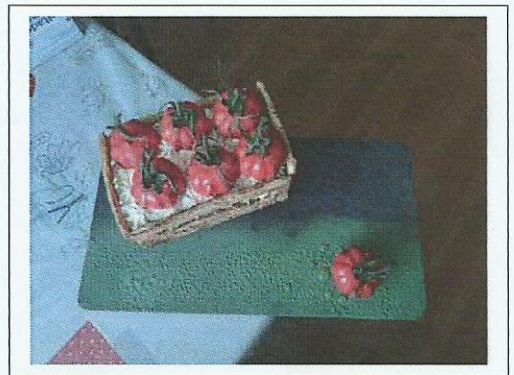
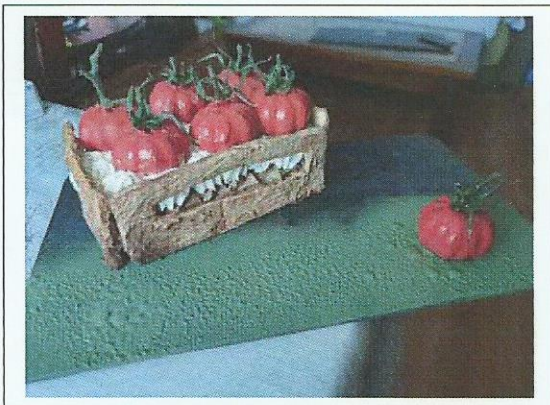
Mini tarta sin azúcares añadidos y baja en hidratos.



Principales materias primas usadas.



Foto resultado final.



Caja con efecto madera(67g→3,2R→32g HC)



Lámina de hojaldre.

Recortar las formas de la caja

Cocer con peso encima para que no suba el hojaldre

Formar la caja

Peso de la Caja montada sin efecto madera: 40 g-→2 Raciones
20g de hidratos



Efecto madera:

20 g de chocolate blanco sin azúcar añadido -→1,14R 11,4g de
hidratos

Atemperar y dar brochazos irregulares por toda la caja.

7g cacao en polvo sin azúcar-→ 0.06R 0.6g de hidratos

Cepillar y con una brocha dar con el cacao

Tomates.

Núcleo frambuesa(142g→1,5R→15g HC)

Ingredientes

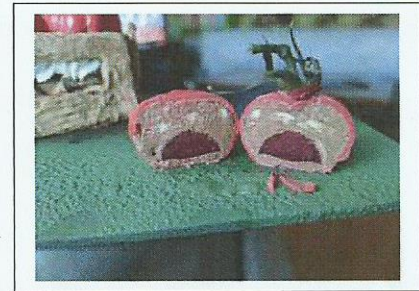
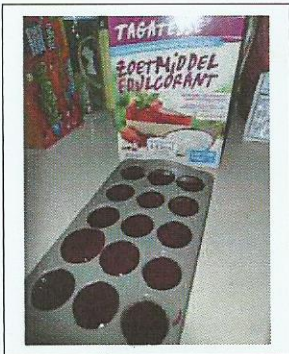
125 g de puré de frambuesa sin

Pepitas y sin azúcar

0.6 R 6g de hidratos

12 g de tagatosa-→0.9R→9g hidratos

5g de gelatina en polvo-→0R→0g hidratos



Proceso:

Calentar la tagatosa con el puré a 85 °C

Integra la gelatina y emulsionar

Enmoldar y congelar.

Mousse de chocolate (325g→3,35R→33,5g de hidratos)

Ingredientes:

80 g de nata para montar→0,2R→2g de hidratos
95 g de chocolate sin azúcar 72% →2,7R→27g de hidratos
150 g de nata semimontada. →0,45R→4,5g hidratos

Proceso:

Hervir la primera nata y emulsionar con el chocolate
Unificar temperaturas
Mezclar delicadamente
Rellenar los tomates e introducir el gelificado de frambuesa
Congelar hasta glasear.

:

Glaseado rojo (76g→4,7 R→47g de HC)

Ingredientes:

75 g de chocolate blanco sin azúcar añadido. 4,7R→47 g
hidratos
1 g de colorante rojo→0R→0g hidratos

Proceso:

Atemperar el chocolate y emulsionar el colorante,
Usar a 30 °C

Ganache montada de chocolate 72%. (360g $\rightarrow$ 2,6 R $\rightarrow$ 26g de Hidratos)



Ingredientes:

300 g Nata para montar $\rightarrow$ 0,9R $\rightarrow$ 9 g de hidratos
60 g Chocolate sin azúcar 72% $\rightarrow$ 1,7 R $\rightarrow$ 17g de hidratos



Proceso:

Hervir la mitad de la nata y emulsionar con el chocolate, en dos veces integrar el resto de la nata y emulsionar muy bien. Guardar en tape hermético hasta el día siguiente y montar.



Bizcocho sin harina de chocolate. (302g 3,8R $\rightarrow$ 38g de hidratos)

Ingredientes

88 g Chocolate negro sin azúcar 72% $\rightarrow$ 2,5R $\rightarrow$ 25g de hidratos
30 g Mantequilla $\rightarrow$ 0
125 g Huevos $\rightarrow$ 0
15 g Tagatosa $\rightarrow$ 1,1 R $\rightarrow$ 11g de hidratos
44 g Almendra en polvo $\rightarrow$ 0,2R $\rightarrow$ 2g de hidratos

Proceso:

Montar los huevos con la tagatosa
Deshacer la mantequilla con el chocolate
Atemperar con lo anterior y mezclar delicadamente.
Mezclar también la almendra delicadamente, extender la mezcla y cocer a 180°C unos 8 minutos.

Ganache de chocolate blanco sin azúcar añadido. (411g $\rightarrow$ 7,2 R $\rightarrow$ 72g de hidratos)

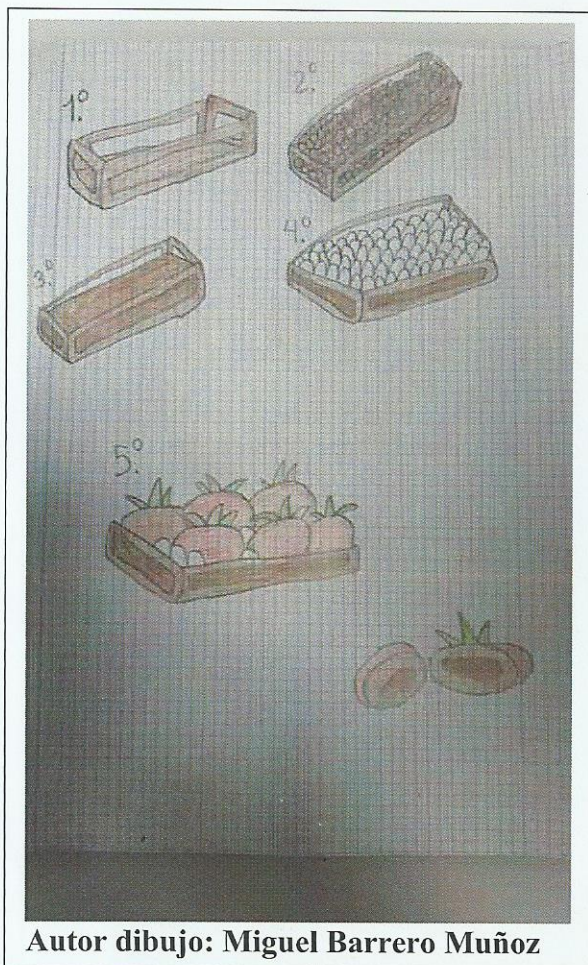
Ingredientes:

300 g Nata para montar $\rightarrow$ 0,9R $\rightarrow$ 9g de hidratos
111 g Chocolate blanco sin azúcar añadido $\rightarrow$ 6,3R $\rightarrow$ 63g hidratos

Proceso:

Hervir la mitad de la nata y emulsionar con el chocolate, en dos veces integrar el resto de la nata y emulsionar muy bien. Guardar en tape hermético hasta el día siguiente y montar.

Montaje y desglose final hidratos.



Autor dibujo: Miguel Barrero Muñoz

Cajita madera

67g→3,2R→32g HC

Capa de ganache montada de chocolate 72%

70g→0,5R→5g HC

Capa de bizcocho sin harina y sin azúcar añadido

100g→1,2R→12g HC

Capa de ganache montada de chocolate blanco sin azúcar añadido

70g→1,2R→12g HC

6 tomates. 6 X 50 g→300g→

Núcleo Frambuesa

6*(15g→0,15R→1,5g HC)

(90g→0.9R→9g HC)

Mousse chocolate

6*(35g→0,36R→3,6g HC)

(210g→2.16R→21,6g HC)

Glaseado

6*(5g→0.3R→3g de hidratos)

(30g→1,8R→18g de hidratos)

Total →637g

Total Raciones:10,51 Raciones

Total Hidratos: 105,1 Hidratos

1Ración→60,6g