MAZAPANES

Ahorro: hasta 65% comparado con el producto comercial

Tiempo de preparación: 30 minutos **Caducidad: 3 meses** **Rendimiento: 300 g**

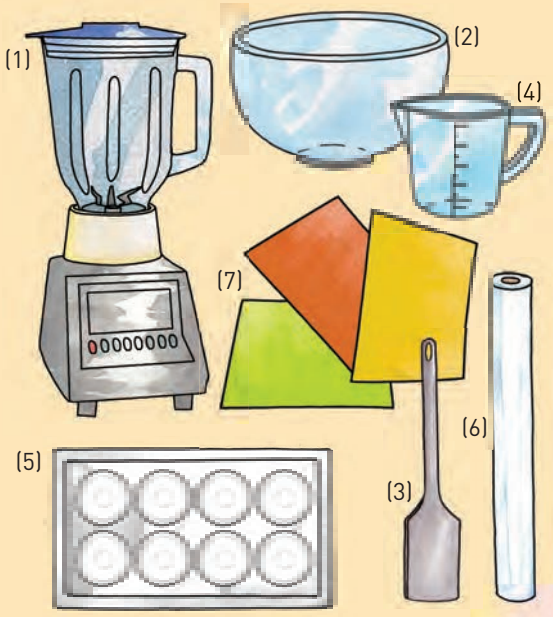
Ingredientes

4 tazas de cacahuates pelados y tostados (480 g)

1 ⅓ tazas de azúcar glass (170 g)

Utensilios

Licuadora (1), tazón de vidrio con capacidad de 4 litros (2), pala de plástico (3), taza medidora (4), moldes para galletas (5), plástico para envolver alimentos (6) y papel de china (7).



En todas las Tecnologías Domésticas Profeco se consideran las siguientes equivalencias: 1 cucharada (TBS: *table spoon*) = 15 ml, 1 cucharadita (*tea spoon*) = 5 ml, 1 taza = 250 ml

1

Muele los cacahuates en la licuadora hasta obtener trozos pequeños.

2

Mezcla en el tazón de vidrio los cacahuates molidos con el azúcar glass hasta formar un masa consistente.

Recomendaciones

- No muelas el cacahuate demasiado fino porque puedes provocar la extracción de aceite y obtener una pasta untable, lo que requeriría agregar más azúcar glass para poder moldearlo.

- Puedes comprar los cacahuates con cáscara y pelarlos, pero debes poner mucha atención al momento de escogerlos, retira los que tengan cáscara oscura.

- Para tostarlos, colócalos en una sartén al fuego, cuando tomen un color ligeramente dorado, retíralos, pues de lo contrario se obtiene un sabor amargo.

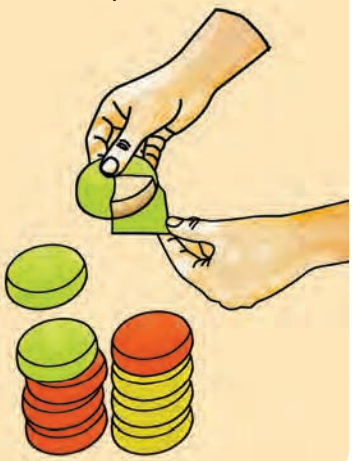
- Puedes elaborar el mazapán con cualquier otra semilla semejante como almendra, nuez o piñón.

Sabroso y saludable

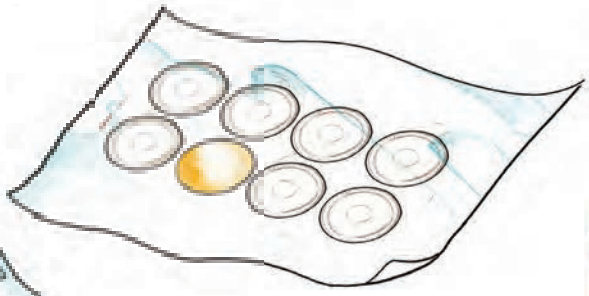
La grasa que contiene el cacahuate es excelente para la salud, pues 75% de ésta es de tipo monoinsaturado, es decir, una forma de grasa que ayuda a disminuir el colesterol en la sangre. Esto, como sabes, contribuye a protegernos contra las enfermedades cardiacas y el endurecimiento de arterias.

Conservación

Envuelve cada mazapán en trozos de papel de china y guárdalos en la alacena. Es muy importante que ésta sea fresca y oscura.



Validación técnica del maestro en ciencias Miguel Ángel Meza Vudoyra.

3

Dentro de cada molde para galletas coloca un trozo de plástico. Con ayuda de la pala coloca la pasta sobre este y apriétala muy bien dentro del molde. Después retira el mazapán con mucho cuidado.