

Colección Recetas Medievales

Menjar Blanc

Ingredientes

Para el 'menjar blanc':

- 1 litro de leche de almendra
- 200 g de azúcar
- 60 g de Maizena
- 1 piel de limón
- 1 rama de canela

Para la leche de almendra:

- 1.500 ml de agua
- 400 g de almendra cruda



Elaboración

1. Para la leche de almendra: triturar las almendras con el agua y dejarlo reposar 2 horas como mínimo. Colar la leche con un trapo fino, exprimiendo todo el zumo.
2. Para el manjar blanco: disolver la Maizena en un chorro de leche de almendra fría. En un cazo al fuego, calentar el resto de la leche con el azúcar, la canela y la piel de limón. Cuando empiece a hervir, apartarlo del fuego y dejar infundir los aromas un rato.
3. Sacar la canela y la piel de limón, añadir la Maizena y volverlo a poner en el fuego, removiéndolo sin parar. Cuando empiece a hervir y se espese, sacarlo del fuego y repartirlo en las cazoletas de servir.
4. Taparlo a piel y reservarlo en la nevera hasta el momento de servir.

Investigación de la receta:

El Manjar blanco tiene su origen en la cocina medieval catalana, como un postre adaptado a la Cuaresma; sería una crema catalana a la que se le quitan los huevos y se sustituye la leche de vaca por leche de almendra.