

Cupcakes

50 receptes



Neus Moya



Cossetània Edicions



Primera edició: març de 2015

© dels textos i de les fotografies: Neus Moya

© 9 Grup Editorial
Cossetània Edicions
C/ de la Violeta, 6 • 43800 Valls
Tel. 977 60 25 91 • Fax 977 61 43 57
www.cossetania.com
cossetania@cossetania.com

Disseny i composició: Imatge-9, SL

Impressió: Leitzaran Grafikak

ISBN: 978-84-9034-309-8
DL T 29-2015





Escudella · 4

Cupcakes

50 receptes

Neus Moya

Cossetània
EDICIONS



Pròleg

Cuines de casa

Des que en la temporada 2010-2011, quan em vaig incorporar a l'equip, vam decidir obrir la finestra del *Cuines* a amateurs, no hem tingut més que grates experiències.

He canviat una percepció que fins fa poc havia mantingut amb fermesa. Ara dic, convençuda, que es torna a cuinar a les cases. Bé, d'acord, ni a totes, ni sempre, però sí que al principi de començar aquesta nova experiència amb aficionats tot feia pensar en una activitat limitada a àvies i a mares. Ara us asseguro que el focus està ben obert a dones i a homes de totes les edats.

A *Cuines* hem estat testimonis d'un interès viu, sense prejudicis, sincer, de molts joves, i de no tan joves, que han trobat en cassoles o en bols de pastisseria una forma d'expressar-se més enllà de la pura funció alimentària.

Sovint aquesta afició s'ha acabat convertint en una dedicació professional. També el retorn als fogons familiars s'explica, en part, pels efectes de la crisi econòmica en què estem instal·lats des de fa uns anys.

Mengem més a casa en el nostre temps d'oci, però també en el dia a dia i amb carmanyoles, solució per als obligats àpats fora de casa que convida a la imaginació.

Però no només els pressupostos ajustats expliquen l'afició per cuinar.

Si acceptem que la incorporació generalitzada de les dones al món laboral, consolidada des de fa dècades, va trencar la històrica transmissió oral del coneix-



xement culinari, hem de reconèixer el paper dels mitjans de comunicació per socialitzar aquest coneixement, per retornar-lo a les cases.

Els programes que ensenyen a cuinar, com fa el *Cuines* a TV3, les revistes, Internet amb els seus diversos formats... tots hem contribuït a mostrar els passos per a l'elaboració dels plats, alhora que som responsables de difondre l'interès per la cuina i pel bon menjar. Hem fet «d'àvies». El prestigi dels nostres cuiners, convertits en celebritats i prescriptors, hi ha fet la resta.

Ben tornats a la cuina!

Visquem-la, també, com un acte de generositat, com fa la Neus, que assegura que des que regala pastissos la vida li va molt millor. I, segur, més dolça.

TANA COLLADOS, directora de *Cuines* (TV3)



Introducció

Finalment, el cel compleix la seva amenaça i petites gotes de pluja acaben deixant-nos xops i obliguen a fer-nos tornar cap a casa.

Em canvio la roba, engego l'ordinador, busco una recepta. Em decideixo per una.

Giro la maneta del forn, obro l'armari del rebost mentre busco ingredients de forma ràpida. Ho reuneixo tot, poso *play* i sona Chet Baker per la diminuta cuina.

Ballo amb els ingredients, sento la música que m'emociona i em motiva, suco el dit a la massa crua, l'espàtula de silicona que se m'escapa de les mans, omple les càpsules amb imperícia, sento la calor del forn en obrir la porta, sento l'emoció dels resultats en treure la safata, sento l'esplèndid sabor del pa de pessic encara calent a la meva boca, sento... sento que és allò el que vull fer.

Allí comença la meva gran passió, la meva gran obsessió, la que regirà la meva vida, el meu temps lliure i, fins i tot, les meves amistats.

Fornejo cada dia, cada minut i cada segon i quan no ho feia, ho pensava. Aquells petits pastissos m'havien robat l'ànima i jo ara era d'ells.

A poc a poc, vaig anar descobrint les meves pròpies receptes, les meves pròpies creacions, diverses variacions fins a trobar les que us presento en aquest llibre.

Un conjunt de pàgines que intento explicar amb la claredat més gran, el pas a pas dels *cupcakes*, juntament amb diferents receptes, combinacions delicioses amb què us guanyareu els paladars dels més propers. I si sentiu que no us podeu apartar del forn, de sucar a la massa crua o de visualitzar *cupcakes* mentre correu... no us preocupeu, és la força dels *cupcakes*. Desitjo que us agradi i que en llegir-lo us marqui tant com a mi, ja que des que regalo dolços, la vida em va molt millor.





Coses que cal tenir en compte abans de començar

Elecció de les càpsules: Hi ha càpsules que s'impregnen d'oli, que perden el seu estampat i queden olioses. No necessàriament són més econòmiques, ja que fins i tot poden ser les més cares; apunteu en una llibreta aquelles marques que us fallen per no utilitzar-les més. Fa mal caure en el mateix error i a mi m'ha passat!

Càpsules de silicona: Ni millors ni pitjors, simplement no m'agraden.

Ingredients a temperatura ambient: És important que els ous, la mantega i la llet estiguin a temperatura ambient, si no voleu tenir sorpreses desagradables en el moment de fer els *cupcakes*.

Temps de batuda: Sabrem quan hem de deixar de batre el sucre i la mantega perquè veurem que els grans de sucre costen més de distingir i la barreja passa de color groguenc a més blanquinós.

Integrar els ingredients: Quan batem el sucre amb la mantega, sovint es queda una capa enganxada a les parets del bol. És important desenganxar aquesta capa amb una espàtula de silicona abans de seguir incorporant els altres ingredients. Si no ho fem i ho deixem per al final, sortiran uns *cupcakes* amb grumolls de mantega.

On trobo els ingredients?: No us preocupeu pel que fa als ingredients, perquè sempre podeu fer les vostres combinacions. Tot i així, tingueu en compte que la major part els podem trobar en supermercats habituals. Alguns de més exclusius els podeu trobar en botigues *online* especialitzades.

Tamisar la farina: No és opcional. El fet de tamisar-la fa que s'incorpori aire entre les partícules de farina i fa que surti un *cupcake* molt més esponjós.

Conèixer el vostre forn: Cada forn té unes particularitats, fins i tot a causa d'un mal funcionament. De vegades puja la temperatura més graus dels que indiquem, si són d'aire, si és elèctric... Heu de conèixer bé el vostre forn perquè us surti tot bé.

Utilitzeu ingredients de qualitat: Un ingredient de qualitat sempre serà sinònim d'un *cupcake* de qualitat.



La fruita: Quan incorporeu fruita a la massa crua del *cupcake* (nabius, gerds...), recomano passar-la prèviament per farina. Això es fa per evitar que la fruita quedi acumulada a la part de baix del pa de pessic. Introduïu-los en un bol amb una mica de farina i barregeu-ho amb les mans. Després retireu l'excés que hi pugui quedar i finalment els incorporeu a la massa. D'aquesta manera la fruita queda repartida per tot el pa de pessic del *cupcake*.

Quan les càpsules es desenganxen 1: Quan hem tret del forn els *cupcakes* massa crus. Són comestibles, però encara contenen molta humitat i fa que es desprenguin les càpsules al cap d'uns minuts.

Quan les càpsules es desenganxen 2: Quan posem els *cupcakes* en un lloc hermètic (tàper o transportador) encara calents.

Quan les càpsules es desenganxen 3: Quan deixem reposar els *cupcakes* al motlle metàl·lic més de deu minuts. Acumulen humitat i se separen. Per tant, els deixem uns minuts i després els passem a una reixeta.

L'avarícia sempre trenca el sac: Quan es diu que les càpsules no s'han d'omplir més de 2/3 és perquè, si ho fem, perdrem la forma de *cupcake* i quedarà una muntanyeta antiestètica o, en el pitjor dels casos, sortirà la massa per fora com si fos un volcà.

Farina: Quan dic farina em refereixo a farina normal, la de tota la vida. Ni de força, ni de rebosteria...

Ingredients per farcir: Quan volem farcir de melmelada recomano triturar-la abans d'utilitzar-la. Queda més integrada al pa de pessic i més agradable en menjar-la.

Farciment: Aquestes receptes ja surten força esponjoses i no correu el risc que la gent trobi els *cupcakes* secs. Tot i així sempre recomano posar-hi farciment que pot ser melmelada, *ganache* de xocolata, llet condensada... Quan veus algú mossegant un *cupcake*, que li regalima xocolata i la seva cara de sorpresa... és impagable!

Llevat: El llevat és en pols.

Refredeu-ho correctament: Ens hem d'assegurar que els *cupcakes* estan ben freds abans de començar a decorar-los. No us guieu només pel temps, po-



seu-hi la mà a sobre si no voleu que la decoració amb crema de mantega es desfaci a sobre.

Tot, tot i tot: Quan començava en aquest món, no suportava que als llibres que m'ensenyaven a fer *cupcakes* enlloc hi veia com es feia la decoració tan maca que ensenyaven.

Així que m'he proposat mostrar-ho tot, absolutament tot, de cada *cupcake*. Si hi ha alguna decoració amb *fondant*, sucre o qualsevol complement, us la mostraré! Així us sortiran uns *cupcakes* perfectes!

Ara que ja ho sabeu tot... cal fornejar!





Per què el sèrum de llet?

L'experiència m'ha ensenyat que és un producte miraculós. Tots els *cupcakes* en els que he utilitzat aquest sèrum surten extremadament esponjosos i gustosos, així que vaig voler incloure'l en el meu receptari.

No us espanteu al veure'l, ni us pregunteu on el podeu comprar. És molt fàcil de fer i ràpid, us ho ensenyo a continuació:

Ingredients: 250 ml de llet semidesnatada i 15 ml de vinagre blanc o suc de llimona. **Mètode:** Posem el vinagre al bol de la llet. Ho deixem reposar un mínim de deu minuts a temperatura ambient sense remenar. Passats aquests deu minuts ja està llest per utilitzar.

Estris necessaris a l'hora de fer un *cupcake*

Safata metàl·lica de *cupcakes*: En aquesta safata hi col·locarem les càpsules dels *cupcakes*. Si no la poséssim, els papers s'obririen durant el fornejat, perdrien la forma i quedarien com unes «truitetes».





Colorants: En pasta o en gel també són opcionals, però si els poseu, sorprendreu més els altres i us sorprendreu vosaltres mateixos.

Sprinkles: Decoració comestible de diferents formes i colors que us permetran donar un toc ben bonic als vostres *cupcakes* de forma ràpida.

Fondant: Quan ja volem decorar els *cupcakes* de forma més elaborada.

Escuradents: L'escuradents màgic, recordeu. Aquell que ens dirà si el *cupcake* està realment cuit del tot.





Com fer un *cupcake*?

Després de mirar el rebost, comprovar que tenim tots els ingredients i rentar-nos les mans... comencem!

Comencem amb el pa de pessic bàsic

- 1 Traiem la mantega, els ous i la llet de la nevera. Els deixem reposar a temperatura ambient. Preescalfem el forn a 170 °C.
2. Preparem el sèrum de llet i ho apartem. Preparem la safata dels *cupcakes* amb les càpsules. Tamisem la farina, el llevat i el bicarbonat. Ho apartem.
3. Al bol de la batidora hi posem la mantega amb el sucre i ho batem fins que s'integrin. Recordeu, en aquest pas, de perdre dos segons en desenganxar de les parets del bol la mantega i el sucre. Jo ho faig amb una espàtula de silicona.
4. A la mantega i al sucre hi afegim els ous un per un, batent-los després d'incorporar-los.







5. Afegim la meitat de la farina que teníem apartada al bol i ho batem.
6. Afegim la llet, el sèrum de llet i l'extracte de vainilla.
7. Afegim el que queda de la farina i ho batem fins que tot estigui integrat.
8. Omplim les càpsules amb el servidor de gelats. Podeu fer-ho amb el que vulgueu, sempre que les ompliu a 2/3 de la seva capacitat.
9. Ho posem al forn entre 22 i 25 minuts i ho retirem.
10. No oblideu de punxar-hi l'escradents!
11. Deixeu-ho reposar al motlle durant 5 minuts. Passats aquests minuts, ho posem a refredar a sobre de la reixeta.

Com farcir un *cupcake*?

Preparem els ingredients per farcir: Us recomano triturar la melmelada, ja que es torna més cremosa i s'integra amb el pa de pessic molt millor. Canvia molt el resultat.

En primer lloc, posem el buidador de pomes perpendicular al *cupcake*. Fem pressió amb fermesa. Fem mitja volta. Ho estirem cap a amunt. Afegim el farciment. Ho tornem a tapar.





Topping





Crema de mantega de formatge

Preparació

Tamisem el sucre glacé. En un bol batem la mantega, el sucre i la llet a velocitat mitjana-alta fins que quedi una barreja cremosa.

Abaixem la velocitat i afegim el formatge en crema, ben fred, i ho batem a velocitat alta fins que quedi una crema consistent. Si observem que la consistència no és prou espessa, hem de seguir batent.

Ingredients:

- **150 g de mantega**
- **400 g de sucre glacé**
- **150 g de formatge en crema**
- **15 ml de llet**

Crema de mantega de formatge amb xocolata

Preparació

Tamisem el sucre glacé. Fonem la xocolata i ho deixem temperar. En un bol batem la mantega i el sucre a velocitat mitjana-alta fins que quedi una barreja cremosa. Semblarà que no es forma la crema, però ho seguim batent fins que ho faci.

Abaixem la velocitat, afegim el formatge en crema, ben fred, i ho batem a velocitat alta fins que quedi una crema consistent.

Si observem que la consistència no és prou espessa, hem de seguir batent.

Afegim la xocolata fosa i ho batem fins que estigui integrada.

Ingredients:

- **150 g de mantega**
- **410 g de sucre glacé**
- **150 g de formatge en crema**
- **100 g de xocolata per fondre**



Ganache de xocolata

Preparació

En un bol al bany maria barregem 150 g de nata (33% de MG) i 150 g de xocolata per desfer. Ho anem barrejant amb les barnilles fins que obtinguem una massa homogènia.

Ingredients:

- **150 ml de nata (33% de MG) i 150 g de xocolata per fondre**

Crema catalana

Preparació

Posem 3/4 de la llet en un cassó amb la canyella i la pell de llimona fins a arribar al punt d'ebullició. Amb la llet que sobra hi dissolem la Maizena. En un bol, batem el sucre amb els rovells fins que quedin integrats. Traiem la canyella i la llimona de la llet, i hi afegim els rovells d'ou i la Maizena. Ho coem a foc lent sense deixar de remenar, fins que comenci a agafar la consistència desitjada. No ha d'arribar a bullir.

Ingredients:

- **4 rovells d'ou, 45 g de Maizena, 500 ml de llet, 100 g de sucre, 1 canó de canyella i 1 pell de llimona**

Merenga italiana

Preparació

Barregem el sucre amb l'aigua en un cassó i ho escalfem fins que la temperatura arribi a uns 115 °C. Al bol de la batedora muntem les clares i ho deixem reposar. Quan l'aigua amb el sucre hagin arribat a la temperatura, comencem a vessar-ho a les clares molt lentament, amb un filet molt fi i sense deixar de batre-ho en cap moment. A poc a poc, es va incorporant i ho batem fins que la merenga agafi textura i es torni brillant.

Ingredients:

- **100 g de clares (equivalen a 3 ous mitjans)**
- **110 g de sucre**
- **60 ml d'aigua**



Cupcakes





Banana split cupcakes

Preparació

Fem el pa de pessic de *cupcakes* de plàtan. Farcim el *cupcake* amb xocolata.

Suquem la superfície del *cupcake* amb el *ganache*. Posem les làmines de maduixa a la superfície. Quan estiguin fixades, hi posem la nata muntada i el *ganache* de xocolata per sobre.

Hi afegim les rodanxes de plàtan, l'ametlla trossejada i la cirera al damunt de tot.

Ingredients:

- ♦ ***cupcakes* de plàtan**
- ♦ **10 maduixes tallades a làmines**
- ♦ **4 plàtans tallats a làmines**
- ♦ **nata muntada**
- ♦ ***ganache* de xocolata**
- ♦ **ametlla trossejada**
- ♦ **cirera**





Cupcakes bàsics de xocolata

Preparació

Preescalfem el forn a 170 °C. Posem les càpsules al motlle metàl·lic per a *cupcakes*.

En un bol tamisem la farina, el cacau, el llevat i el bicarbonat. Ho apartem.

Barregem la llet, el sèrum de llet i l'extracte de vainilla.

Al bol de la batidora batem a velocitat mitjana el sucre amb la mantega, fins que la barreja es torni homogènia.

Hi afegim els ous un per un i els batem després de cada incorporació fins que s'integrin. Disminuïm la velocitat i afegim després la meitat de la barreja de farina. A continuació, hi incorporem la barreja de llet i, finalment, l'altra meitat de la farina fins que quedi una massa homogènia.

Omplim les càpsules no més de 2/3 de la seva capacitat. Les posem al forn durant 25 minuts o fins que, en punxar amb un escuradents, aquest surti net.

Les traiem del forn i deixem refredar els *cupcakes* al motlle uns 10 minuts. Seguidament, els posem en una reixeta per acabar de refredar-los. Farciment: Melmelada de llimona.

Topping

Crema de mantega de cacau en pols. Decoració: *Fleur de sel*.

Ingredients:

- **160 g de farina**
- **3 ous**
- **220 g de sucre**
- **120 g de mantega**
- **1 cullera de postres de llevat**
- **½ cullereta de bicarbonat**
- **100 ml de sèrum de llet**
- **20 ml de llet**
- **10 ml d'extracte de vainilla**
- **60 g de cacau**





Índex de receptes

<i>Banana split cupcakes</i>	36	<i>Cupcakes de llima-llimona</i>	86
<i>Cupcakes de farina d'espelta</i> i ginebre	38	<i>Cupcakes de llet condensada</i> i galeta	88
<i>Cupcakes de vainilla</i>	40	<i>Cupcakes de maduixa</i>	90
<i>Cupcakes bàsics de xocolata</i>	42	<i>Cupcakes de mantega de cacauet</i>	92
<i>Cupcakes de brownie</i>	44	<i>Cupcakes de massa de cookies</i>	94
<i>Cupcakes d'alfàbrega i llimona</i>	46	<i>Cupcakes de mate</i>	96
<i>Cupcakes d'almívar de llet</i>	48	<i>Cupcakes de mel i mató</i>	98
<i>Cupcakes d'alvocat i xocolata</i>	50	<i>Cupcakes de menta</i>	100
<i>Cupcakes d'ametlla i caramel</i>	52	<i>Cupcakes de moniato</i>	102
<i>Cupcakes de nous</i>	54	<i>Cupcakes de móres i iogurt</i>	104
<i>Cupcakes d'avellana</i>	56	<i>Cupcakes de nabius i llimona</i>	106
<i>Cupcakes de Baileys i fruita de la passió</i> ...	58	<i>Cupcakes de nata</i>	108
<i>Cupcakes de bourbon</i>	60	<i>Cupcakes de pastanaga</i>	110
<i>Cupcakes de caputxino</i>	62	<i>Cupcakes de pero ximenes</i>	112
<i>Cupcakes de carabassó</i>	64	<i>Cupcakes de plàtan</i>	114
<i>Cupcakes de cervesa negra</i>	66	<i>Cupcakes de poma</i>	116
<i>Cupcakes de coco i mango</i>	68	<i>Cupcakes de prunes i streusel</i>	118
<i>Cupcakes de crema catalana</i>	70	<i>Cupcakes de taronja</i>	120
<i>Cupcakes de pa de panís</i>	72	<i>Cupcakes de tiramisú</i>	122
<i>Cupcakes de festucs</i>	74	<i>Cupcakes de tomàquet</i>	124
<i>Cupcakes de figa</i>	76	<i>Cupcakes de xarop d'auró</i>	126
<i>Cupcakes de fruites del bosc</i>	78	<i>Cupcakes de xocolata blanca</i>	128
<i>Cupcakes de galeta</i>	80	<i>Cupcakes expresso</i>	130
<i>Cupcakes de nata i gerds</i>	82	<i>Cupcakes multicolor</i>	132
<i>Cupcakes d'espígol</i>	84	<i>Red velvet cupcakes</i>	134

