



Soufflé de vainilla

Dificultad: Media

Tiempo de elaboración: 20 minutos

Para 6 personas

- No te pongo la receta de la crema pastelera, solo los ingredientes. Tienes la receta [aquí](#). Tápala con papel film que toque la crema en cuanto la tengas y mete en la nevera hasta, por lo menos, el día siguiente.
- No sé hasta que punto influye, pero yo he hecho la crema 3 días antes, la he dejado en la nevera y he guardado las claras. A medida que van pasando los días las claras van volviéndose un poco más espesas y, lo mismo que para los macarron, aguantan más cuando se batan. Insisto en que a lo mejor esto no tiene ningún sentido, pero me han quedado como nunca.
- Es importante rellenar los moldes hasta arriba y pasar una espátula metálica (o la parte posterior de un cuchillo ancho) para igualarlo. Es difícil no manchar el molde, límpialo antes de meterlos al horno, ya que después es más difícil y tienes que servirlos inmediatamente.

Ingredientes:

220 gr. de crema pastelera
300 gr. de claras de huevo
1/2 cucharita de sal
unas gotas de zumo de limón
mantequilla y azúcar para untar los moldes

Para la crema pastelera:

500 ml. de leche
1 rama de vainilla
6 yemas de huevo
125 gr. de azúcar
40 gr. de harina
15 gr. de maizena

Precalienta el horno a 190°.

Sé generoso con la mantequilla, el molde tiene que estar totalmente cubierto de mantequilla, incluido el borde superior.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Espolvorea con azúcar, también generosa.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Mueve bien la crema con una espátula o un batidor para que pierda la rigidez después del frío.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Monta las claras con la sal y el limón hasta que estén totalmente duras. Si pones las varillas tienen que sostenerse rectas.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Mezcla un tercio de las claras con la crema con fuerza.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Conseguirás que la crema esté mucho más suave y te facilitará el siguiente paso.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Mezcla el resto envolviendo sin sacar la espátula de la crema, hazlo con suavidad para perder el menor aire posible.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



No te preocupes si queda algo de clara que parece que no está del todo bien mezclado.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Rellena los moldes hasta que no quepa nada más.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Pasa la espátula metálica para igualar.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Hornea 9 minutos sin abrir para nada la puerta del horno.
Espolvorea con azúcar glase y sirve ya.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<https://palomadelarica.com>



Soufflé de vainilla