

Budín limón y semillas de amapola

Tipo de plato: Masas y Postres · Procedencia: Mesacamilla · Autor: Glotona

INGREDIENTES

0	
1 cucharadita/s	Aceite oliva
125 gr	Yogur — natural o de limón
2 cucharada/s	Semillas amapola
	Sal
1 cucharada/s	Ralladura limón
25 gr	Mantequilla — a temperatura ambiente
1	Huevos
190 gr	Harina repostería
1 cucharadita/s	Vainilla — (esencia)
2	Claros de huevo
1 cucharadita/s	Bicarbonato
150 gr	Azúcar glass
225 gr	Azúcar
4 cucharadita/s	Zumo de limón

ELABORACIÓN

Precalentar el horno a 180°C

Aceitar y enharinar un molde de plum cake de 8cm x 16cm. (a mi me resulto mejor cubrir el fondo con papel de horno).

Batir el azúcar y la mantequilla hasta que se forme una crema (unos 4 minutos). Agregar las claras y el huevo de a uno por vez, batiendo muy bien cada vez. Agregar la ralladura de limón y la esencia de vainilla.

En un bol aparte, colocar la harina, las semillas de amapola, bicarbonato, levadura y la sal. Mezclar bien. Incorporar la mezcla de harina al preparado anterior alternándolo con el yogur (empezando y terminando con mezcla seca).

Echar la preparación en el molde.

Hornear por 35 a 40 minutos hasta que al introducir un palillo salga limpio.

Enfriar en el molde 10 minutos y pasar a una rejilla para que se enfríe completamente. Pinchar toda la superficie con un palito de brocheta.

Mezclar el azúcar glass con el zumo (colado) de limón y pincelar con esta mezcla el budín.

Notas:

Es una receta muy fácil y básica, que se puede modificar a gusto. Yo he probado las siguientes alternativas:

Budín de naranja:

Reemplazando todo lo de limón por naranja.

Budín de chocolate:

Quitar de la receta: las semillas de amapola y la ralladura de limón. Agregar a la harina 2 cucharadas de cacao puro tamizado. A la cubierta en lugar de zumo de limón, agregarle agua.

Budín marmolado:

Preparar 1/2 mezcla de limón y 1/2 de chocolate. Colocarlas juntas en el molde y remover muy poquito con un tenedor.

Se puede congelar muy bien.