

BIZCOCHO DE YOGURT

<http://www.biosegura.net>



RECETA PARA 4 A 6 PERSONAS:

• **Ingredientes:**

Utilizaremos como medida el volumen del yogurt (2/3 de un vaso)

- Yogurt → Un yogurt (170g aprox)
- Harina → Tres medidas
- Azúcar → Dos medidas
- Aceite Oliva → Una medida
- Huevo → 3 huevos
- Levadura → Un sobre de levadura química.

• **Preparación (20min):**

→Precalentar el horno a 250°C.
→Untar el molde (30cm aprox) levemente con aceite de oliva o mantequilla, y luego poner un puñado de harina que haremos pasar por toda la superficie interna moviendo el molde y dándole golpecitos (NO tocar el interior del molde una vez puesta la harina). El sobrante lo retiraremos volcando el molde sobre el recipiente en el que prepararemos la masa, y le daremos unos golpecitos suaves de mano. Así tendremos la cara interna del molde con una fina capa de harina

que evitará que se quede pegado el bizcocho una vez terminado.

→Colocar en un recipiente todos los ingredientes, menos la levadura química.

→Mezclar muy bien, evitando la formación de grumos. La masa debe quedar pastosa pero no dura.

→Añadir la levadura y mezclar bien, evitando de nuevo los grumos.

→Si se va a añadir algún ingrediente más, este es el momento. No conviene tardar mucho, para evitar que la levadura pierda efectividad.

→Verter al molde y llevar al horno.

• **Cocción: 25-40min**

→Hornear a horno medio (unos 170°C) durante aproximadamente 25-40min.

→Para saber si está hecho, pinchar el bizcocho con un palillo en el centro, pero sin sacar el molde del horno. Si el palillo sale limpio o con alguna migaja está hecho. Si sale con mucha masa o con masa sin cocer es que le faltan unos 5-10min. Cerrar y dejar terminar.

• **Trucos y consejos:**

-Es mejor usar una levadura química que sólo tenga bicarbonatos de sodio y potasio (son compuestos químicos simples, tipo bicarbonato de toda la vida). Evitar las que llevan otros compuestos añadidos.

-No conviene estar abriendo el horno durante la cocción, ni sacar el bizcocho del horno antes de su cocción, ya que se nos chafará y no volverá a subir.

-En horno eléctrico sube mejor si tiene ventilador de reparto de temperatura.

-La masa admite añadir cualquier tipo de fruto seco, chocolate, etc. Se pueden poner en trocitos o en trozos grandes, según el gusto.

-Para sorprender a los invitados, se puede poner la mitad de la masa en el molde, añadir chocolate, algarroba u otros aditivos con color a la masa restante y verter con cuidado sobre la otra. Así obtendremos un bizcocho bicolor. Se puede hacer de más capas, según la imaginación de cada cual.

-Se pueden poner raspaduras de limón, naranja, también admite pasas, etc.

-Todo lo que añadamos a la masa conviene que esté finamente cortado, ya que a mayor tamaño tiende irse a la base del bizcocho.

-Se pueden añadir un par de zanahorias ralladas muy fino y un poco de jengibre rallado.

-Se puede regular la cantidad de azúcar añadiendo sólo $1+\frac{1}{2}$ medidas en vez de dos.

-El aceite se puede rebajar también poniendo sólo $\frac{1}{2}$ medida y la otra $\frac{1}{2}$ de otro líquido como leche, licor, etc.

-Una vez vertida toda la masa se puede espolvorear un poco de azúcar con canela por encima. Esto le dará una presentación y aroma especial una vez hecho.

-Igualmente se puede sustituir el azúcar con canela por semillas de amapola, laminillas de almendra, virutas de chocolate negro, chocolate puro en polvo, etc.

*** Propuestas:**

-Para hacerla apta para celíacos, sustituir harina de trigo por harina de arroz con dos cucharadas de harina de maíz. La masa se volverá más blanda y el bizcocho saldrá más migajoso, pero también más suave.

Comprobar que la levadura química contiene sólo bicarbonatos sódico o potásico, y que no indica que pueda tener restos de harina de trigo (sino no podremos usarla para celíac@s).

-Para l@s más golo@s se puede cortar el bizcocho por la mitad, en sentido horizontal (como para un bocata) y una vez frío. Ayudándonos de dos platos se abre el "bocadillo" y se le vierte poco a poco zumo natural de naranja con azúcar y un chorro de coñac o licor suave. Conviene no excederse al empapar, para evitar roturas.

Colocar una fina capa de mermelada de fresa, frambuesa, grosella, o cualquier fruta del bosque y cerrar el bocata.

Fundir chocolate al baño maría con un poco de agua. Se puede rebajar un poco el chocolate con algo de leche, pero no excederse en líquidos sino quedará excesivamente líquido.

Cubrir el bizcocho con una fina capa de chocolate fundido, y dejar enfriar al menos una hora.

Para mejor presentación podemos poner, una vez frío el chocolate, virutas de almendra o de chocolate alrededor del bizcocho y/o encima. También alrededor "azúcar-glas".

Recordad: el truco de la buena cocina es cocinar con alegría y amor.