

Época de durazno: recetas con una fruta rica, jugosa, sana y mendocina

4 febrero, 2020

Mendoza tiene 16 mil hectáreas cultivadas de durazno, un manjar que se conocía desde hace 4 mil años en China, que era considerado el fruto del árbol de la vida y que se introdujo a Occidente por la llamada "ruta de la seda".

En verano podemos disfrutar esta fruta fresca, dulce y con múltiples propiedades. Tiene bajas calorías, muchas vitaminas, betacaroteno y minerales.

Argentina es hoy una de las principales productoras del mundo de una de las frutas más ricas que existen: se cultiva en San Rafael, General Alvear, Valle de Uco y toda la zona Este. El árbol es mediano y mucha gente tiene uno en sus hogares. Florece en primavera y da la fruta cuando llega el calor. Además, es longevo: garantiza por lo menos dos décadas de cosecha.

Cómo elegirlos

Es preferible que no tengan magulladuras y sean suaves al tacto. Si están demasiado blandos, es que pasaron el punto de maduración, pero sirven para una exquisita mermelada. Por la delicadeza del fruto pulposo y de piel fina, la recolección tiene que hacerse a mano.

Deliciosas recetas

Mousse de durazno

Ingredientes

- 1 paquete de gelatina de durazno

- 1 lata de duraznos
- 1 taza de crema de leche
- 1 durazno

Preparación

Colocar el contenido de la gelatina en la licuadora, agregar la lata de duraznos y licuar. Colocar la preparación en una olla. Llevar a fuego y revolver permanentemente hasta calentar, cuidando que no hierva. Retirar y dejar enfriar.

Batir la crema hasta espesar y agregarla a la preparación anterior, mezclando hasta integrar. Distribuir en copas y llevar a la heladera durante 4 horas como mínimo. Decorar con duraznos en cubos.

Cóctel de durazno

Ingredientes para 750 ml

- 1 lata duraznos
- 1 lata de leche condensada
- Hielo c/n

Preparación

Cortar en trozos los duraznos y licuarlos con la leche. Agregar la sidra y revolver hasta integrar. Sumar el hielo.

Flan de durazno

Ingredientes

- 1/2 lata de duraznos
- 1 paquete de flan de durazno
- Salsa de chocolate
- Almendras picadas c/n

Preparación

Procesar los duraznos escurridos y reservar. Preparar el flan y antes de que esté frío incorporarle los duraznos. Volcar en moldes individuales humedecidos y llevarlos a la heladera

hasta que estén firmes. Acompañar con la salsa y las almendras