

# BUÑUELOS Y CHOUX

## Buñuelos y Choux

Ambos se preparan con la misma masa, pero la diferencia está en el modo de hacerlos. Los "choux" se hornean y, por efecto del calor, adquieren esa forma de pequeños repollos ("choux" en francés) que les da nombre. Los buñuelos tienen connotaciones más populares, tal vez porque, como otros frutos de sartén, precisan del aceite para hincharse y dorarse. Finalmente, sólo hay que rellenarlos al gusto para disfrutar de un postre delicioso.

## Tipos y Variedades

### Profiteroles

Son los choux rellenos de nata o helado de vainilla, que se sirven con salsa de chocolate caliente por encima.

### Buñuelos

Son pequeñas bolitas de masa frita rellenas de crema, nata, mermelada o dulce de batata, que se sirven espolvoreadas de azúcar.



### "Paris-Brest"

Es una corona de masa de choux espolvoreada de almendras fileteadas. Tras cocerla en el horno, se rellena con crema pastelera enriquecida con praliné y se espolvorea con azúcar glasé.

### "Choux"

Se preparan con la misma masa de los buñuelos, pero se cuecen en el horno. También admiten distintos rellenos, tanto dulces como salados. Según la forma que se da a la masa antes de hornearla, o su presentación posterior, reciben distintos nombres.



### "Saint-Honoré"

Consiste en una corona de pequeños choux rellenos o no de crema o nata, que se pegan con caramelo a una base de masa quebrada. El centro está relleno de una crema que da nombre al postre.

### Relámpagos

Variedad de los choux que se rellena de crema pastelera, chocolate, crema de café, nata... Suele cubrirse con caramelo, glaseado de chocolate, café, etc.

## Técnicas

### Cómo se hace la masa:

La preparación de la masa básica, tanto para los choux como para los buñuelos, no es difícil, siempre que se respeten escrupulosamente las proporciones de la receta. Se tamiza la harina para airearla. Se pone a hervir el agua y/o la leche con la mantequilla y un pellizco de sal. Cuando rompa el hervor, se añade la harina de golpe y se remueve con una cuchara de madera sobre el fuego, hasta obtener una masa lisa que se separe del fondo y de las paredes del recipiente. Se retira del fuego y se vuelca la masa unos minutos sobre el mármol, para que enfríe ligeramente. Después, se pone en un cuenco y se añaden los huevos uno a uno, no incorporando el siguiente hasta que esté integrado el anterior. Debe quedar una masa espesa pero fluida.

### Choux

Una vez preparada la masa, se calienta el horno a 225 °C. Se engrasa con mantequilla la placa pastelera. Se pone la masa en una manga con boquilla lisa y se van depositando en la placa porciones del tamaño de una nuez, debidamente separadas entre sí, ya que los choux, al cocer, aumentan de tamaño. Si sobresale algún pico de masa, se alisa con la yema del dedo humedecida en agua. Se introduce la placa en el horno y se cuecen, sin abrir el horno, durante 30 minutos. Pasado este tiempo, se comprueba que la superficie está dura y que han

doblado su tamaño. Se sacan, se dejan enfriar y se rellenan. Para otras variedades horneadas, se sigue la misma técnica que para los choux.

### **Profiteroles:**

Se abren los choux por la mitad con ayuda de unas tijeras. A continuación, se rellenan con nata o helado de vainilla. Se reparten en los platos y se sirven bañados con salsa de chocolate caliente.

### **Buñuelos:**

Se calienta abundante aceite en una sartén amplia y profunda o en la freidora -no superar los 150 °C-. Con una cuchara se va tomando una porción de masa, se redondea con ayuda de otra cuchara y se deja caer en la sartén. Si la temperatura del aceite es la correcta, el buñuelo se va al fondo y, pasados unos segundos, aumenta su tamaño y sube a la superficie. Él solo se da la vuelta al inflarse por un lado. Se revienta por ese lado y se da la vuelta otra vez él solo. Se deja en el aceite hasta que se dore el sitio por donde se reventó. Después, se saca y se da un corte con unas tijeras por el lugar donde se reventó, para comprobar que está hueco (si el aceite está muy caliente, el buñuelo se dora y no se infla). Se va llenando la sartén o freidora con buñuelos, dejando espacio para que se muevan con holgura. Hay que comprobar que la temperatura de la sartén es la adecuada (la freidora tiene termostato), subiendo y bajando el fuego cuando sea necesario. Se sacan todos los buñuelos a la vez cuando estén dorados, y se ponen a escurrir sobre papel de cocina doble. Se continúan friendo por tandas, hasta terminar con la masa. Una vez escurridos, se cortan por la abertura y se rellenan.

### **"Saint-Honoré":**

Es uno de los postres más conocidos y espectaculares hechos con masa de choux, sólo comparable a una torre de estos pequeños dulces, que recibe el nombre de croquembouche. Amasar los ingredientes del fondo del pastel, formando una bola y dejándola reposar en un sitio fresco. Estirar la masa hasta dejarla de 1/2 cm. de grosor, y cortar un círculo de 20 cm. de diámetro, colocándolo en una placa engrasada. Hacer la masa para los choux y ponerla en la manga. Formar los choux y un cordón alrededor de la base. Introducir la placa en el horno precalentado y cocer a 175 °C durante 25-30 minutos. Sacar la placa del horno y dejar enfriar. Luego, pegar los choux con caramelo al borde de la base. Batir las yemas con 50 gr. de azúcar y la Maicena. Añadir poco a poco, y sin dejar de batir, la leche hirviendo y el coñac. Cocer durante 5 min. Retirar del fuego e incorporar los otros 50 gr. de azúcar y volver a cocer unos minutos. Dejar enfriar. Batir las claras con unas gotas de zumo de limón, hasta que espesen y blanqueen. Añadir la mitad del azúcar restante y la otra mitad cuando estén montadas. Incorporar el merengue a la crema fría -con movimientos envolventes para evitar que el

merengue pierda volumen-, hasta que ambas preparaciones queden perfectamente unidas. Llenar el centro del "Saint-Honoré" con la crema. Adornar con hilos de caramelo.

### **Los Glaseados:**

Vamos a ver unos cuantos:

#### **Baño de Caramelo:**

Se pone un cazo al fuego con azúcar y agua, en la proporción de 60 gr. de azúcar por cada cucharada de agua, y unas gotas de zumo de limón. Se hierve moviendo hasta que el azúcar se disuelva y se convierta en un caramelo claro. Se retira el cazo del fuego y se pone sobre una vasija con agua fría, para bajar la temperatura y evitar que siga tomando color.

#### **Glasé Real:**

Consiste en una mezcla de clara de huevo, zumo de limón y azúcar glasé, en la proporción de 1 clara de huevo, unas gotas de zumo de limón y 125 gr. de azúcar glasé. Se ponen los ingredientes en un cuenco y se mueve con una cuchara de madera hasta que tenga el aspecto de una crema muy espesa y blanca.

#### **Glasé de Chocolate:**

Se hace por el mismo procedimiento de la glasa real, pero añadiendo 75 gr. de chocolate fundido.

#### **Glasé de Café:**

Se disuelve 1 cucharada de café soluble en 2 de agua y se añaden 150 gr. de azúcar. Se mueve hasta que se disuelva y se calienta al baño María, moviendo con la espátula hasta conseguir una crema lisa y espesa.

---