

# DULCES

- Los dulces son alimentos típicos para ocasiones festivas.
- Consumo ocasional:
  - Desayuno o merienda (magdalenas, bollería, pasteles...)
  - Postres (flan, panacotta, mousse, helado, pastel...)
  - Celebraciones, ocasiones especiales

Pero, si los hacemos caseros, en casa podemos:



- ✓ Controlar cantidades de azúcar
- ✓ Controlar cantidades de grasa

## Ingredientes típicos:

- Huevo
- Leche
- Harina
- Azúcar
- Mermeladas
- Aceite/mantequilla
- Levadura

# DULCES

## Recetas:

- Mousse de fresas con coulis de frambuesas
- Panacotta de vainilla con coulis de mango



## Curiosidades:

- **MOUSSE:** origen Francia, S.XIX. Significa “espuma”. Puede ser ultraligera o esponjosa → cremosa y espesa
- **PANACOTTA:** “nata cocida”. Origen Italia, postres típicos de la región del Piamonte, S.XIX. Aspecto: flan