

Fibras

EN LA PASTELERÍA



jordibordas × 





**Ingredients to
reimagine gastronomy**



Editorial

En un mundo donde la alimentación saludable es una prioridad creciente, la pastelería artesanal enfrenta un desafío y una oportunidad únicos: reducir el uso de grasas y azúcares sin comprometer el sabor, la textura o la experiencia general. Según la Organización Mundial de la Salud, el consumo excesivo de azúcares y grasas está directamente relacionado con problemas de salud globales como la obesidad y las enfermedades cardiovasculares. En este contexto, los profesionales de la pastelería desempeñan un papel clave como creadores de propuestas que se alinean con las tendencias de bienestar y responsabilidad social.

El uso tradicional de grasas y azúcares en la pastelería ha sido crucial para asegurar propiedades como la conservación y la textura. Sin embargo, los avances científicos y la incorporación de nuevos ingredientes, como la inulina y la oligofructosa, abren un mundo de posibilidades. Estas fibras naturales permiten la reducción de azúcar mientras aumentan el contenido de fibra, logrando el equilibrio perfecto entre salud y placer. Las recetas presentadas en este folleto te invitan a explorar estas innovaciones: desde el crujiente de coco con inulina hasta el glaseado de praliné con oligofructosa, cada creación demuestra que es posible satisfacer las expectativas de los paladares más exigentes mientras se alinean con las necesidades de la sociedad actual.

Este año, vamos aún más lejos: hemos incluido el valor nutricional de cada receta, ayudándote a tomar consciencia de su contenido de grasas, calorías y fibra. También te animamos a hacer tus propias comparaciones con otras recetas si lo deseas.

La colaboración entre Jordi Bordas y Sosa Ingredients ha estado transformando el mundo de la pastelería durante muchos años. En SIRHA 2023, presentamos un proyecto conjunto sobre el uso de fibras en la pastelería, y en 2025, estamos orgullosos de continuar explorando en esta dirección. Con tanto potencial aún por descubrir, estamos emocionados de seguir colaborando y redefiniendo juntos el futuro de la pastelería artesanal.

Sobre jordibordas

Tras ganar la **Coupe du Monde de Pâtisserie en 2011**, Jordi Bordas fundó la escuela de pastelería en Viladecans (Barcelona) con el objetivo de transmitir toda su experiencia y conocimiento a las nuevas generaciones del sector dulce. Con el **B-Concept**, Jordi revolucionó el mundo de la pastelería demostrando que una pastelería **más saludable, ligera y sabrosa** no solo es posible, sino que es una de las principales necesidades de los consumidores.

Sobre

Sosa Ingredients es uno de los fabricantes y proveedores de ingredientes de primera calidad para pastelería y la gastronomía.

Fundada en Cataluña en 1967.

Sosa Ingredients se compromete a utilizar sus conocimientos tecnológicos para innovar y mejorar constantemente sus productos con el fin de hacer la gastronomía más responsable y accesible.

Flor de frambuesa

RECETA PARA 3 TARTAS DE 18 CM OF DIÁMETRO

SIN GLUTEN

SIN LACTOSA

RICO EN FIBRA

VALORES NUTRICIONALES PARA 100 G

kcal	290,74
Agua.....	42,51 %
Carbohidratos	31,82 %
de los cuales azúcares	15,92 %
naturales	3,28 %
añadidos	12,64 %
de los cuales fibras.....	6,01 %
Proteínas.....	4,30 %
Grasas	19,71 %
de las cuales saturadas.....	10,01 %
Sal	0,19 %



Cantidades por pieza

Sablé de almendra.....	120 g
Financier de vainilla.....	80 g
Cremoso de almendra.....	200 g
Mousse de frambuesa.....	170 g
Caviar de frambuesa	
Glaseado de frambuesa	

Sablé de almendra

Agua (a 20 °C).....	32 g	4,00 %
Yemas de huevo (a 20 °C).....	72 g	9,00 %
Azúcar de coco.....	144 g	18,00 %
Harina de arroz (tamizada).....	354 g	44,25 %
Harina de almendra Sosa 41409 (tamizada).....	48 g	6,00 %
Sal.....	2 g	0,25 %
Aceite de girasol (a 20 °C).....	36 g	4,50 %
Aceite de coco		
desodorizado Sosa 43295 (a 35 °C).....	112 g	14,00 %
Total	800 g	

Mezclar el agua, las yemas de huevo y el azúcar de coco, y dejar hidratar durante 10 minutos, hasta que el azúcar de coco se disuelva.

Colocar todos los ingredientes en una batidora con la pala, y mezclar a velocidad media baja hasta obtener una textura homogénea.

Estirar entre 2 tapetes de silicona a un grosor de 3 mm y congelar.

Desenganchar los tapetes de silicona y cortar 4 discos con el aro para la base de las tartas.

Colocar los aros para las tartas sobre una bandeja con un tapete de silicona perforado, colocar los discos de sablé sobre los aros y, cuando empiecen a descongelar, apretar suavemente con los dedos hasta dar la forma del aro. Recortar la parte sobrante.

Pinchar las bases de las tartaletas con un tenedor y cocer a 150 °C durante 14 minutos en un horno ventilado con el tiro abierto. Enfriar a temperatura ambiente (20 °C).

Retirar los aros, pintar la sablé por dentro y por fuera con aceite de coco fundido, enfriar en la nevera y volver a pintar.

Financier de vainilla

Yemas de huevo (a 30 °C).....	15 g	5,00 %
Claras de huevo (a 30 °C)	69 g	23,00 %
Agua (a 30 °C).....	30 g	10,00 %
Pasta de almendra Sosa 41222 (a 20 °C).....	48 g	16,00 %
Aceite de coco		
desodorizado Sosa 43295 (a 35 °C)	18 g	6,00 %
Rascadura de vainilla	1,8 g	0,60 %
Azúcar de coco	45 g	15,00 %
Harina de almendra Sosa 41409 (tamizada)..	24 g	8,00 %
Harina de arroz (tamizada)	46 g	15,40 %
Baking Powder Std Sosa 45480 (tamizado).....	3 g	1,00 %
Total	300 g	

Mezclar las yemas de huevo, las claras, el agua, la pasta de almendra, el aceite de coco y la rascadura de vainilla y emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto. Añadir el azúcar de coco y trabajar con el túrmix.

Mezclar la harina de almendra, la harina de arroz y el Baking Powder. Añadir a la preparación anterior, mezclando con el túrmix.

Colocar los aros para el financier sobre una bandeja con papel de hornear y dosificar 80 g de financier en los aros.

Cocer a 180 °C durante 12 minutos en un horno ventilado con el tiro cerrado.

Enfriar, retirar los aros y reservar a temperatura ambiente (20 °C).

Cre moso de almendra

Azúcar	31 g	8,00 %
Pro-pannacotta Sosa 48650	1,2 g	0,30 %
Goma guar Sosa 48682	1,2 g	0,30 %
Agua	221 g	56,90 %
Pasta de almendra Sosa 41222	97 g	25,00 %
Aceite de coco		
desodorizado Sosa 43295	31 g	8,00 %
Lecitina de soja en polvo Sosa 48644.....	5,8 g	1,50 %
Total	350 g	

Mezclar el azúcar, la Pro-pannacotta y la goma guar.

Calentar el agua a 30 °C en un cazo, añadir la mezcla de azúcar, removiendo con unas varillas, y calentar a 85 °C sin dejar de remover.

Mezclar la pasta de almendra, el aceite de coco, la lecitina y la preparación anterior y emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto.

Dejar cristalizar en la nevera.

Trabajar con unas varillas para homogeneizar la textura, dosificar una pequeña cantidad sobre las bases de las sablés y colocar los discos de financier encima, bien centrados dentro de las tartas. Dosificar más cremoso dentro de las sablés sobre el financier, hasta llegar al borde de la sablé, y alisar. Reservar en la nevera.

Mousse de frambuesa

Puré de frambuesa		
Adamance 50987 1 (a 20 °C).....	456 g	62,60 %
Gelatina de bovino		
en polvo Sosa 220 Bloom 48655.....	10,2 g	1,40 %
Aceite de coco		
desodorizado Sosa 43295 (a 35 °C).....	87 g	12,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	7,3 g	1,00 %
Puré de frambuesa		
Adamance 50987 2 (a 30 °C).....	102 g	14,00 %
Albuwhip Sosa 48688.....	7,3 g	1,00 %
Azúcar.....	58 g	8,00 %
Total	575 g	

Mezclar la gelatina en polvo y 1/3 del puré 1 y dejar hidratar durante 20 minutos. Calentar a 45 °C, añadir el resto del puré 1 y trabajar con el túrmix.

Mezclar el aceite de coco, la fibra de cítricos y la mezcla anterior. Emulsionar intensamente con el túrmix y enfriar a 32 °C.

Montar el puré 2 y el Albuwhip durante 4 minutos en la batidora a velocidad media-alta. Añadir el azúcar y montar durante unos 6 minutos más, hasta obtener un merengue ligero, manteniendo una temperatura de unos 30 °C durante todo el proceso.

Cuando el merengue esté listo, incorporar poco a poco la preparación anterior a 32 °C a la batidora a baja velocidad y acabar de mezclar suavemente a mano.

Dosificar hasta el borde de los moldes flor. Alisar y congelar.



Albuwhip permite elaborar merengues con pure de frutas gracias a su capacidad aireante y estabilizante, y así aumentar el sabor en la receta."

Jordi Bordas

Caviar de frambuesa

Azúcar.....	60 g	15,00 %
Inulina en frío Sosa 50063.....	40 g	10,00 %
Agar-agar Sosa 41296.....	2,8 g	0,70 %
Puré de frambuesa Adamance 50987.....	200 g	50,00 %
Agua.....	97 g	24,30 %
Total	400 g	

Llenar una jarra con aceite de girasol y enfriar en el congelador.

Mezclar el azúcar, la inulina y el agar-agar.

Calentar el puré y el agua a 30 °C en un cazo, añadir la mezcla de azúcar, removiendo con unas varillas, y llevar a ebullición sin dejar de remover. Enfriar a 60 °C.

Introducir la preparación anterior en un chino pistón y dosificar pequeñas gotitas dentro del aceite de girasol frío.

Verter en un colador y dejar que el aceite se escurra completamente.

Reservar en la nevera.

Glaseado de frambuesa

Oligofruct Sosa 41551.....	320 g	32,00 %
Pectina Fruit NH Sosa 48667.....	8 g	0,80 %
Goma guar Sosa 48682.....	1 g	0,10 %
Food Colour rojo Sosa 48681.....	15 g	1,50 %
Puré de frambuesa Adamance 50987.....	400 g	40,00 %
Agua.....	256 g	25,60 %
Total	1000 g	

Mezclar el Oligofruct, la pectina, la goma guar y el colorante.

Calentar el puré y el agua a 30 °C en un cazo, añadir la mezcla de Oligofruct, removiendo con unas varillas, y calentar a 85 °C sin dejar de remover.

Enfriar y reservar en la nevera durante un mínimo de 4 horas.

Acabado final

Calentar el glaseado a 60 °C. Desmoldar las flores de mousse, pulverizar con el glaseado y limpiar los bordes. Colocar las flores centradas sobre las sablés y rellenar los huecos laterales y central con caviar. Colocar las tartas sobre bases.

Antes de consumir, descongelar en la nevera durante un mínimo de 2 horas.



Hazelnut Oblio

RECETA PARA 24 PETIT-GÂTEAUX

SIN GLUTEN

VEGANO

RICO EN FIBRA

VALORES NUTRICIONALES PARA 100 G

kcal	275,07
Agua.....	47,03 %
Carbohidratos	30,50 %
de los cuales azúcares	18,48 %
naturales	0,93 %
añadidos	17,54 %
de los cuales fibras.....	6,25 %
Proteínas.....	3,66 %
Grasas	16,83 %
de las cuales saturadas.....	7,35 %
Sal	0,20 %



Cantidades por pieza

Sablé de cacao y almendra	15 g
Financier de avellana	16 g
Cremoso de avellana	17 g
Mousse de chocolate 70 %	65 g
Glaseado de praliné de avellana	
Praliné de avellana 60 %	
Avellana entera	

Sablé de cacao y almendra

Agua (a 20 °C).....	96 g	12,00 %
Azúcar de coco.....	144 g	18,00 %
Aceite de coco		
desodorizado Sosa 43295 (a 35 °C)	96 g	12,00 %
Aceite de girasol (a 20 °C)	40 g	5,00 %
Lecitina de soja en polvo Sosa 48644.....	4,8 g	0,60 %
Harina de almendra Sosa 41409 (tamizada)..	80 g	10,00 %
Harina de arroz (tamizada)	242 g	30,20 %
Cacao en polvo (tamizado).....	32 g	4,00 %
Almidón de maíz (tamizado).....	48 g	6,00 %
Psyllium Sosa 43300	8 g	1,00 %
Baking Powder Std Sosa 45480 (tamizado).....	4 g	0,50 %
Goma xantana Sosa 48642.....	4 g	0,50 %
Sal.....	1,6 g	0,20 %
Total	800 g	

Mezclar el agua, el azúcar de coco, el aceite de coco, el aceite de girasol y la lecitina y emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto. Añadir la harina de almendra y trabajar con el túrmix durante un minuto más.

Mezclar todos los ingredientes en la batidora con la pala a baja velocidad hasta obtener una textura homogénea.

Estirar la masa entre dos tapetes de silicona a un grosor de 3 mm y congelar.

Retirar los tapetes de silicona y cortar 24 discos con el troquel para la sablé (1 aro de inox de 7 cm de diámetro).



"El **Psyllium** nos ayuda a conseguir la estructura de una sablé vegana y sin gluten totalmente estable. Sustituye la funcionalidad aglutinante de las proteínas del huevo y del gluten."

Jordi Bordas

Pinchar los discos de sablé con un tenedor y cocer a 150 °C durante unos 14 minutos en un horno ventilado con el tiro abierto.

Enfriar a temperatura ambiente (20 °C) y pintar ambos lados de los discos con aceite de coco derretido.

Financier de avellana

Agua (a 20 °C).....	343 g	34,30 %
Azúcar de coco.....	150 g	15,00 %
Pasta de avellana tostada Sosa 40371	140 g	14,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	15 g	1,50 %
Harina de avellana (tamizada)	180 g	18,00 %
Harina de arroz (tamizada)	150 g	15,00 %
Baking Powder Std Sosa 45480 (tamizado)...	11 g	1,10 %
Psyllium Sosa 43300	10 g	1,00 %
Sal.....	1 g	0,10 %
Total	1000 g	

Sobre una bandeja con un tapete de silicona, colocar los listones para el financier (2 listones rectangulares de metacrilato de 60 cm de largo y 1 cm de altura), separados entre ellos 30 cm.

Mezclar el agua, el azúcar de coco, la pasta de avellana y el Natur Emul y emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto.

Mezclar la harina de avellana, la harina de arroz, el Baking Powder, el psyllium y la sal y añadir a la preparación anterior, mezclando con el túrmix.

Dosificar la masa en el espacio entre los listones, alisar y retirar los listones.

Cocer a 180 °C durante unos 10 minutos en un horno ventilado con el tiro cerrado.

Enfriar, cortar 24 discos con el troquel para el financier (1 aro de inox de 5,5 cm de diámetro) y hacerles un agujero en el centro con el troquel pequeño para el financier (1 aro de inox de 3 cm de diámetro).

Cubrir con un tapete de silicona y congelar. Darle la vuelta y retirar el primer tapete de silicona. Reservar a temperatura ambiente (20 °C).

Cre moso de avellana

Azúcar de coco.....	44 g	8,00 %
Pro-pannacotta Sosa 48650.....	1,7 g	0,30 %
Goma guar Sosa 48682.....	2,2 g	0,40 %
Agua.....	304 g	54,70 %
Pasta de avellana tostada Sosa 40371.....	156 g	28,00 %
Aceite de coco desodorizado Sosa 43295.....	44 g	8,00 %
Lecitina de soja en polvo Sosa 48644.....	3,3 g	0,60 %
Total	500 g	

Mezclar el azúcar de coco, la Pro-pannacotta y la goma guar.

Calentar el agua a 30 °C en un cazo, añadir la mezcla de azúcar de coco, removiendo con unas varillas, y calentar a 85 °C sin dejar de remover.

Mezclar la pasta de avellana, el aceite de coco, la lecitina y la preparación anterior y emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto.

Dejar cristalizar en la nevera.

Mousse de chocolate 70 %

Azúcar 1.....	32 g	2,00 %
Agar-agar Sosa 41296.....	1,3 g	0,08 %
Goma guar Sosa 48682 1.....	3,2 g	0,20 %
Agua 1.....	659 g	41,17 %
70 % cobertura negra.....	400 g	25,00 %
Aceite de coco desodorizado Sosa 43295.....	80 g	5,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	8 g	0,50 %
Agua 2 (a 30 °C).....	240 g	15,00 %
Potatowhip Cold Sosa 43124.....	14,4 g	0,90 %
Goma guar Sosa 48682 2.....	2,4 g	0,15 %
Azúcar 2.....	160 g	10,00 %
Total	1600 g	

Mezclar el azúcar 1, el agar-agar y la goma guar 1.

Calentar el agua 1 a 30 °C en un cazo, añadir la mezcla de azúcar 1 y llevar a ebullición sin dejar de remover.

Mezclar la cobertura, el aceite de coco, el Natur Emul y la preparación anterior, emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto y enfriar a 70 °C.



"En esta mousse, **Potatowhip Cold**, una proteína de origen vegetal sin sabor nos permite construir la textura aireada y ligera."

Jordi Bordas

Mezclar el agua 2, el Potatowhip y la goma guar 2 con el túrmix y montar durante 10 minutos en la batidora a velocidad media-alta. Añadir el azúcar 2 y montar durante unos 10 minutos más, hasta obtener un merengue ligero, manteniendo una temperatura de uno 30 °C durante todo el proceso.

Cuando el merengue esté listo, incorporar poco a poco la preparación anterior a 70 °C, mezclando suavemente a mano.

Dosificar 65 g de mousse en los moldes para la mousse (24 moldes de silicona con forma de anillo, modelo OBLIO 95 de SilikoMart, de 7,5 cm de diámetro y 3 cm de alto), cubrir con los discos de financier, alisar y congelar.

Glaseado de praliné de avellana

Oligofruct Sosa 41551.....	200 g	10,00 %
Pectina Fruit NH Sosa 48667.....	20 g	1,00 %
Gluconolactat Sosa 50060		
(Gluconolactato en polvo).....	4,2 g	0,21 %
Azúcar muscovado Light.....	240 g	12,00 %
Agua.....	848 g	42,39 %
Pasta de cacao.....	120 g	6,00 %
Praliné de avellana 6o %.....	560 g	28,00 %
Lecitina de soja en polvo Sosa 48644.....	4 g	0,20 %
Sal.....	4 g	0,20 %
Total	2000 g	

Mezclar el Oligofruct, la pectina, el Gluconolactat y el azúcar muscovado.

Calentar el agua a 30 °C en un cazo, añadir la mezcla de Oligofruct, removiendo con unas varillas, y calentar a 85 °C sin dejar de remover.

Mezclar la pasta de cacao, el praliné, la lecitina, la sal y la preparación anterior y emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto.

Enfriar y reservar en la nevera durante al menos 24 horas.

Acabado final

Colocar los discos de sablé sobre bases.

Calentar el glaseado a 50 °C. Desmoldear los anillos de mousse y financier, colocarlos en una rejilla, glasearlos y dejarlos escurrir. Colocarlos sobre los discos de sablé.

Trabajar el cremoso con unas varillas para homogeneizar la textura y dosificar 17 g en los agujeros de los anillos de mousse. Dosificar 4 g de praliné de avellana encima del cremoso.

Trocear algunas avellanas y decorar los anillos glaseados con trozos de avellana.

Antes de consumir, descongelar en la nevera durante al menos 2 horas.



Lunar

RECETA PARA 3 ENTREMETS DE 16,5 CM DE DIÁMETRO

SIN GLUTEN

SIN LACTOSA

RICO EN FIBRA

VALORES NUTRICIONALES PARA 100 G

kcal	339,26
Agua.....	40,18 %
Carbohidratos	29,99 %
de los cuales azúcares	14,04 %
naturales	5,17 %
añadidos	8,87 %
de los cuales fibras.....	9,03 %
Proteínas.....	4,50 %
Grasas	24,45 %
de las cuales saturadas.....	18,54 %
Sal	0,15 %



Cantidades por pieza

Crujiente de coco	220 g
Bizcocho de coco	80 g
Compota gelificada de fresa	130 g
Mousse de coco	120 g
Mousse de mango	140 g
Glaseado de mango	
Pintura amarilla	
Mango entero	
Fresa entera	
Coco deshidratado laminado	

¹Crumble de coco

Harina de arroz	195 g	34,50 %
Azúcar de coco	79 g	14,00 %
Coco rallado Sosa 50756	108 g	19,00 %
Sal	1,1 g	0,20 %
Aceite de coco		
desodorizado Sosa 43295 (a 20 °C)	130 g	23,00 %
Agua	53 g	9,30 %

Triturar la harina de arroz, el azúcar de coco, el coco rallado y la sal en un robot de cocina hasta obtener un polvo fino.

Mezclar todos los ingredientes en la batidora a primera velocidad con la pala hasta conseguir una textura homogénea.

Esparcir uniformemente sobre una bandeja con papel de hornear, usando una rejilla como rallador, y cocer a 140 °C durante 20 minutos en un horno ventilado con el tiro abierto.

Enfriar, cortar a dados de unos 5 x 5 mm y reservar a temperatura ambiente (20 °C) para utilizar en el crujiente de coco.



"Las fibras y las proteínas vegetales son grandes aliadas en el mundo de la pastelería vegana. Proteínas vegetales como **Potatowhip**, fibras como **Oligofruct**, **inulina** y **Psyllium** ayudan a conseguir texturas veganas estables, más saludables ligeras y sabrosas."

Jordi Bordas

2 Praliné de almendra y coco 80 %

Almendra entera repelada Sosa 41516	141 g	30,00 %
Coco rallado Sosa 50756.....	235 g	50,00 %
Azúcar de coco.....	94 g	20,00 %

Tostar las almendras a 150 °C durante 10 minutos en un horno ventilado con el tiro abierto y enfriar completamente.

Triturar todos los ingredientes en un robot de cocina hasta obtener una pasta fina y fluida (opcional: refinar durante 4 horas en la conchadora).

Reservar a temperatura ambiente (20 °C) para utilizar en el crujiente de coco.

Crujiente de coco

Crumble de coco ¹	400 g	50,00 %
Praliné de almendra y coco 80 % ² (a 30 °C). 400 g	400 g	50,00 %
Total	800 g	

Sobre una bandeja con papel de hornear, colocar los aros exteriores forrados con tiras de acetato de 3 cm de alto y dentro los aros interiores para el crujiente untados con aceite de girasol.

Mezclar el crumble y el praliné, trabajando suavemente hasta obtener una mezcla homogénea.

Dosificar 120 g de crujiente entre cada pareja de aros y congelar. Quitar con cuidado los aros interiores para el crujiente y dosificar 100 g más en las bases. Alisar y congelar sin retirar los aros exteriores.

Bizcocho de coco

Claras de huevo (a 30 °C)	63 g	19,00 %
Albuwhip Sosa 48688	8,6 g	2,60 %
Cremor tártaro Sosa 41542	0,6 g	0,19 %
Azúcar de coco	56 g	17,00 %
Harina de arroz	33 g	10,00 %
Harina de almendra Sosa 41409	36 g	11,00 %
Coco rallado Sosa 50756	36 g	11,00 %
Puré de coco 22 % MG		
Adamance 41183 (a 20 °C)	96 g	29,21 %
Total	330 g	

Montar la clara de huevo, el Albuwhip y el cremor tártaro durante 4 minutos en la batidora a velocidad media-alta. Añadir el azúcar de coco y montar durante unos 6 minutos más, hasta obtener un merengue ligero, manteniendo una temperatura de unos 30 °C durante todo el proceso.

Triturar la harina de arroz, la harina de almendra y el coco rallado en un robot de cocina hasta obtener un polvo fino.

Mezclar el puré con 1/3 de la preparación anterior.

Cuando el merengue esté listo, incorporar poco a poco la mezcla de puré y el resto de la mezcla de polvos, trabajando suavemente con una espátula.

Colocar los aros para el bizcocho sobre una bandeja con papel de hornear y dosificar 80 g de bizcocho en los aros.

Pulverizar ligeramente con agua y cocer a 160 °C durante 6 minutos en un horno ventilado con el tiro cerrado. Enfriar, retirar los aros, despegar con cuidado los discos de bizcocho del papel y congelar.

Compota gelificada de fresa

Azúcar	33 g	6,00 %
Inulina en frío Sosa 50063	54 g	10,00 %
Pectina Fruit NH Sosa 48667	6,5 g	1,20 %
Puré de fresa Adamance 41187	217 g	40,00 %
Fresas enteras (en dados de unos 8 x 8 mm)	195 g	35,80 %
Puré de limón Adamance 41186	38 g	7,00 %
Total	500 g	

Mezclar el azúcar, la inulina y la pectina.

Calentar el puré y los dados de fresa a 30 °C en un cazo y añadir la mezcla de azúcar, removiendo con unas varillas. Calentar a 45 °C, añadir el zumo y calentar a 85 °C sin dejar de remover.

Colocar los aros para la compota, filmados por debajo, sobre una bandeja con tapete de silicona. Dosificar 130 g de compota en los aros y congelar.

Cuando estén completamente congelados, desmoldar los discos de compota y reservar en el congelador.

Mousse de coco

Puré de coco 22 % MG

Adamance 41183 (a 20 °C).....	284 g	63,18 %
Aceite de coco (a 35 °C).....	37 g	8,10 %
Masa de gelatina 6:1 (a 45 °C).....	36 g	8,00 %
Lecitina de soja en polvo Sosa 48644.....	2,7 g	0,60 %
Goma guar Sosa 48682.....	1,4 g	0,30 %
Claras de huevo (a 30 °C).....	54 g	12,00 %
Albuwhip Sosa 48688.....	3,1 g	0,70 %
Cremor tártaro Sosa 41542.....	0,5 g	0,12 %
Azúcar.....	23 g	5,00 %
Inulina en frío Sosa 50063.....	9 g	2,00 %
Total	450 g	

Mezclar el puré, el aceite de coco, la masa de gelatina, la lecitina y la goma guar con el túrmix.

Montar las claras, el Albuwhip y el cremor tártaro durante 4 minutos en la batidora a velocidad media-alta.

Añadir el azúcar y la inulina y montar durante unos 6 minutos más, hasta obtener un merengue ligero, manteniendo una temperatura de unos 30 °C durante todo el proceso.



"Sustituimos parte del azúcar del merengue por **inulina en frío**, fibra que permite dar mayor estabilidad al merengue y reducir la cantidad del azúcar, para una mousse más equilibrada en dulzor y azúcar."

Jordi Bordas

Cuando el merengue esté listo, incorporar poco a poco la preparación anterior a la batidora a baja velocidad y acabar de mezclar suavemente a mano.

Dosificar 120 g en los aros exteriores sobre el crujiente, cubrir con los discos de bizcocho y congelar.

Mango mousse

Puré de mango Adamance 41189 (a 20 °C).....	296 g	59,15 %
Goma guar Sosa 48682.....	1 g	0,20 %
Masa de gelatina 6:1 (a 45 °C).....	30 g	6,00 %
Aceite de coco		
desodorizado Sosa 43295 (a 35 °C).....	50 g	10,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	4 g	0,80 %
Claras de huevo (a 30 °C).....	75 g	15,00 %
Albuwhip Sosa 48688.....	3,5 g	0,70 %
Cremor tártaro Sosa 41542.....	0,8 g	0,15 %
Oligofruct Sosa 41551.....	40 g	8,00 %
Total	500 g	

Mezclar el puré y la goma guar con el túrmix y dejar hidratar durante 15 minutos.

Mezclar la masa de gelatina, el aceite de coco, el Natur Emul y la preparación anterior, emulsionar intensamente con el túrmix durante 1 minuto y enfriar a 32 °C.

Montar la clara de huevo, el Albuwhip y el cremor tártaro, durante 4 minutos en la batidora a velocidad media-alta. Añadir el Oligofruct y montar durante unos 6 minutos más, hasta obtener un merengue ligero, manteniendo una temperatura de unos 30 °C durante todo el proceso.

Cuando el merengue esté listo, incorporar poco a poco la preparación anterior a 32 °C a la batidora a baja velocidad y acabar de mezclar suavemente a mano.

Dosificar 140 g en los moldes Lunar y cubrir con los discos de compota, que han de quedar al nivel del molde. Congelar.

Glaseado de mango

Oligofruct Sosa 41551.....	320 g	32,00 %
Pectina Fruit NH Sosa 48667.....	9 g	0,90 %
Goma guar Sosa 48682.....	1 g	0,10 %
Puré de mango Adamance 41189.....	440 g	44,00 %
Agua.....	210 g	21,00 %
Puré de limón Adamance 41186.....	20 g	2,00 %
Total	1000 g	

Mezclar $\frac{1}{3}$ del Oligofruct, la pectina y la goma guar.

Calentar el puré y el agua a 30 °C en un cazo y añadir la mezcla de Oligofruct, removiendo con unas varillas. Calentar a 45 °C, añadir el resto del Oligofruct y el zumo y calentar a 85 °C sin dejar de remover.

Enfriar y reservar en la nevera durante un mínimo de 4 horas.

Pintura amarilla

Manteca de cacao (a 45 °C).....	272 g	90,70 %
Food Colour amarillo Sosa 11471.....	27 g	9,00 %
Food Colour rojo Sosa 48681.....	0,9 g	0,30 %
Total	300 g	

Mezclar todos los ingredientes con el túrmix y colar.

Reservar a temperatura ambiente (20 °C).

Acabado final

Calentar la pintura a 25 °C. Retirar el aro y el acetato de las partes con el crujiente, colocar sobre aros altos y pulverizar los laterales del crujiente con la pintura para crear efecto terciopelo. Colocar sobre bases.

Calentar el glaseado a 50 °C. Desmoldar las partes de mousse de mango, colocar sobre aros altos y pulverizar con el glaseado. Colocar sobre las partes con el crujiente.

Cortar mango y fresas a dados de unos 2 x 2 cm y decorar los entremets con dados de mango y fresa y láminas de coco deshidratado en el hueco del centro.

Antes de consumir, descongelar en la nevera durante un mínimo de 5 horas.



Tabla resumen problemas y soluciones

Problema	Productos recomendados	Solución
Quiero reducir grasa	INULINA EN CALIENTE 	Sustituir una parte de la grasa o toda por inulina en caliente
Quiero reducir dulzor	OLIGOFRACT O INULINA EN FRÍO 	Sustituir una parte del azúcar (inulina en frío) o todo (Oligofruct)
Quiero mejorar la textura al descongelar o solucionar problema de sinéresis	FLAXFIBER 	Añadir Flaxfiber (o también sustituir xantana si ya se utiliza en la receta)
Quiero mejorar la emulsión o sustituir un agente emulsionante	NATUR EMUL Y FLAXFIBER 	Sustituir la yema de huevo u otro emulsionante
Quiero sustituir el gluten	PSYLLIUM Y FLAXFIBER 	Sustituir la harina de trigo por el Psyllium en combinación con almidones sin gluten y Flaxfiber

La cercanía que tenemos con los profesionales de pastelería de distintas partes del mundo nos permite detectar los problemas más comunes que surgen en las elaboraciones.

En la siguiente tabla, hemos seleccionado 5 de las cuestiones más frecuentes y proponemos las posibles soluciones con nuestra gama de fibras.

Merengues	Mousses	Masas batidas y bollería	Glaseados	Cremas y cremosos	Helados y sorbetes
	✓			✓	✓
✓	✓	✓	✓	✓	✓
	✓		✓	✓	✓
	✓		✓	✓	✓
		✓			



**Ingredients to
reimagine gastronomy**

Sosa Ingredients

Colònia Galobart, s/n - 08270 Navarcles (Barcelona) - Spain

T. +34 938 666 111 - www.sosa.cat - sosa@sosa.cat

