



Pudín de cebada

Porciones:

Ingredientes	Cantidades	Explicación
Cebada integral	500 gramos	Lavar y colar la cebada.
Agua	700 ml	Colocar en remojo la cebada por 3 hrs y hasta por 12 horas.
Leche de coco (sin endulzar)	500 ml	Con la misma agua del paso anterior, cocinar a fuego medio/bajo por 10 a 12 minutos hasta lograr una textura "al dente" de la cebada.
Dátiles sin semilla, remojados, molidos	90 gramos	Agregar la leche de coco, dátiles y vainilla, integrar.
Vainilla extracto	10 ml	Continuar a fuego medio y con movimiento contante buscando mayor densidad de la preparación.
Coco rallado, tostado (sin endulzar)	75 gramos	Retirar del fuego, agregar el coco, las almendras y las pasitas, mezclar.
Almendras tostadas troceadas (con cutícula)	75 gramos	Justo previo al momento del servicio, agregar la piña, integrar con movimientos envolventes.
Pasitas o arándanos	75 gramos	Decorar la parte superior con canela y hojas de menta.
Piña fresca, brunoise	150 gramos	
Canela en polvo	c/s	
Hojas de menta	c/s	

Observaciones: