

# Recetas Con Miel



## Pastel de requesón

### Ingredientes

- 2 cucharadas de miel
- ½ kg. de queso fresco o requesón (cuajada, mató...)
- 2 cucharadas bien colmadas de harina integral de trigo y maíz y levadura.
- 100 gr. de pasas sultanas
- 4 huevos enteros y la clara de otro (reservar la yema)
- la corteza de un limón o una naranja

### Para la masa:

- 100 gr. de harina integral de trigo
- 1 cucharadita de levadura y una pizca de sal
- 3 cucharadas de crema de leche
- 3 cucharadas de miel
- 1 yema de huevo

### Elaboración

Mezclamos bien todos los ingredientes de la masa hasta obtener una mezcla homogénea. Se unta un molde de tipo soufflé con aceite de germen de maíz y se cubre el fondo con una lámina de la masa obtenida. Se cuece la pasta sola unos 10-15 minutos (debe dorarse ligeramente). Mientras tanto se habrá triturado bien el requesón, las cuatro yemas, la miel y la corteza de limón o naranja. Se añade la harina previamente mezclada con la levadura y las pasas. La pasta debe resultar bien homogénea. Aparte se baten las cinco claras a punto de nieve y se incorporan a la pasta de requesón. Se vuelve a untar el molde con aceite, se vierte el preparado y se cuece aproximadamente una hora a horno medio. Si se deja enfriar bien se podrá desmoldar.