Bica blanca de Laza | Bizcocho de claras

Cantidad: 12 raciones

Ingredientes



• 8 claras de huevo medianos

• 350 ml de nata liquida - crema de leche - 35% MG

• 350 g de azúcar

• 350 g de harina de repostería (200 w)

Molde de hornear bizcochos rectangular de 31 x 22 cm

Papel de hornear (opcional)

Sobre esta receta

Bizcocho de claras. La bica gallega es uno de los postres tradicionales que más se hacen en Galicia. Hay varias recetas de bica o bizcocho de nata. Las más populares son las de Trives, la de A Guarda y la que hoy preparamos: la de Laza. Laza es un pueblo de Ourense muy conocido además por sus carnavales y por sus «peliqueiros». Esta bica se diferencia básicamente de las demás, en que lleva claras en lugar de huevos enteros y no lleva manteca. Es por ese motivo por el que se la conoce como bica blanca de Laza. Cuando comienzan los carnavales en febrero, la bica se convierte en el postre más deseado en Galicia, junto con las filloas (crepes) y las orejas. Si no la pruebas no sabes lo que te estás perdiendo...

Preparación

1. Separamos las yemas de las claras, reservando las yemas para otra receta. Ponemos a precalentar el horno a 180º C = 360º F. Untamos el molde con mantequilla o margarina y espolvoreamos un poco de harina, o bien, ponemos papel de hornear sobre el molde y ya no tenemos que untarle mantequilla.
2. En un bol frío batimos la nata para montar también bien fría, añadiendo un tercio del azúcar cuando comience a hacer dibujo. Una vez que esté montada la reservamos (si hace calor en la nevera). Montamos las claras a punto de nieve, añadiendo el resto del azúcar poco a poco, cuando comience a hacer dibujo. Añadimos poco a poco al bol de las claras, la harina tamizada (pasada por un colador). Mezclaremos con movimientos suaves y envolventes tamizando en tres veces. Una vez integrada la harina, incorporamos la nata montada del mismo modo, con movimientos suaves y envolventes.
3. Vertemos la mezcla en el molde, alisamos y espolvoreamos azúcar por encima. Horneamos unos 40 minutos a 180º C, hasta que al pincharlo no manche. Si todavía sale mojado, la dejaremos 5 ó 10 minutos más, ya que esto dependerá del molde que utilicemos. Cuando la retiremos del horno, volvemos a espolvorear un poco de azúcar y opcionalmente canela molida.
4. Dejamos que enfríe 10 minutos, lo retiramos del molde y dejamos que termine de enfriar sobre una rejilla. Esta bica blanca de Laza se conserva perfectamente varios días, con sólo taparla con un paño o film

Bica blanca de Laza | Bizcocho de claras

plástico. Al día siguiente de hacerla estará más rica todavía.

Más detalles...

- El tiempo de cocción de la bica blanca de Laza, depende del tipo de horno y del ancho de la fuente. A los 40 minutos pinchamos y según salga de mojado el pincho valoramos si necesita más tiempo. Al retirarla del horno la dejaremos unos 5 - 10 minutos en el molde. Esto ayudará a que termine de hacerse del todo. Después sacaremos el pastel del molde agarrándolo por el papel y lo colocamos sobre la rejilla. Si no utilizamos papel de hornear, se deja enfriar sobre una parrilla.
- Esta receta es sencilla y rápida de hacer y está ideal para acompañar con un licor café, como merienda o como desayuno. Está muy rica!!!.
- El molde que he utilizado para hacer este pastel de bica mide 31 cm de largo, 22 cm de ancho y tiene una altura de 4 cm. Puede hacerse en moldes más pequeños, aunque hay que tener en cuenta que la tomar más altura, necesitará más tiempo de horneado.