



Pastel de Chocolate con Salsa

Sirve a doce

250 gramos (1 ¾ tazas) de harina leudante*
140 gramos (1/2 taza) de azúcar morena + 200 gramos (3/4 tazas) para poner encima
50 gramos (¾ tazas) de polvo de cacao sin azúcar + 25 gramos (6 cucharadas) para encima
1 cucharilla de polvo de hornear
1 cucharada de cascara de naranja rallada
El jugo de una naranja mediana – más o menos 150 ml (3/4 taza)
150 ml (3/4 tazas) de leche
3 huevos grandes a temperatura ambiente
100 gramos (1/2 taza) de mantequilla sin sal, derretida y enfriada
100 gramos (3/4 tazas) de pedazos de chocolate amargo, de leche o con naranja
300 ml (1 ½ tazas) de agua hirviendo

Caliente el horno a 180 grados C (350 F) y enmantequille un molde redondo y hondo de horno. Ligeramente bata los huevos con la leche y aumente la mantequilla. Mezcle bien.

Ponga la harina, 140 gramos de azúcar morena, 50 gramos de cacao en polvo y el polvo de hornear en un bol grande. Mezcle por unos minutos hasta que este uniforme. Agregue la cascara de naranja y mezcle bien. Haga un hoyo al medio y añada el jugo de naranja. Mezcle. Lentamente agregue la leche con los huevos, batiendo bien después de cada añadidura. Le tomara unos cinco minutos batir a mano. Agregue los pedazos de chocolate y mezcle bien.

Vierta la masa dentro del molde. Esparza el resto de la azúcar morena sobre la masa y nivele uniformemente con una cuchara. Ponga el polvo de cacao restante encima y haga lo mismo. Muy lentamente agregue el agua hirviendo sobre la parte posterior de una cuchara grande. Tenga paciencia y vaya girando el molde con cuidado. Meta el molde al horno. Cocine por 30 a 35 minutos hasta que el pastel este firme encima.

Sirva este pastel con la salsa que se forma en la parte de abajo del molde. Es mejor cuando está caliente. Si gusta acompañelo con helado de vainilla.

* Si es que no podría encontrar esta harina simplemente sustitúyala por harina blanca y agregue 1 cucharilla más de polvo de hornear y ¼ cucharilla de sal.

CALORÍAS 283,25; GRASA 12,94 grs (sat 7,56; mono 3,63; poli 0,75); PROTÉINA 5,71 grs; FIBRA 2,92 grs; CARBS 39,48 grs; COLESTEROL 68,96 mg; HIERRO 2,80 mg; SODIO 280,66 mg; CALCIO 147,38 mg

