



LECHA FRITA

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Experto 12h (Repo) 15 min

Ingredientes

Leche: 1 litro
Harina de maíz: 100 gr
Azúcar: 150 gr
Yemas: 4 unidades
Cáscara de limón: 1 unidad
Palo de canela: 1 unidad
Harina: para rebozar
Huevos: para rebozar
Aceite: para freír
Azúcar: para espolvorear
Canela en polvo: para espolvorear



Preparación

1. En un bol, poner los 150 gr de azúcar y los 100 gr de harina de maíz. Mezclar bien en seco.
2. Añadir las 4 yemas y batir bien con una batidora de alambre hasta obtener una papilla homogénea.
3. Echar un poco de leche fría a chorro y batir manualmente hasta formar una masa desleída.
4. En un cazo, poner el resto de la leche con la cáscara de limón y la barra de canela. Calentar hasta que hierva y mantener el hervor a fuego suave durante 1 minuto.
5. Pasar la leche por un chino para eliminar los sólidos (limón y canela).
6. Añadir la papilla a la leche templada y mezclar con la batidora de alambre. Volver a pasar por el chino para evitar grumos.
7. Cocer la mezcla (preferiblemente al baño María) removiendo con una cuchara de madera hasta que la crema espese.
8. Verter la masa en una fuente plana (debe quedar un grosor de unos 2 cm) y dejar enfriar totalmente, preferiblemente de un día para otro en el frigorífico.
9. Cortar la masa en cuadrados o rectángulos. Pasarlos por harina y luego por huevo batido. Freír en abundante aceite caliente.
10. Escurrir sobre papel absorbente y, mientras estén calientes, rebozar en una mezcla de azúcar y canela en polvo.

Notas

- Es fundamental que la masa esté bien fría y compacta antes de cortarla para que no se rompa al manipularla.
- Se recomienda que la masa en la fuente tenga una altura aproximada de dos centímetros para obtener piezas equilibradas.
- El minuto de hervor de la leche es clave para que tome el sabor del limón y la canela sin que la leche llegue a derramarse.

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Lecha frita	Postres y Dulces	01	30-09-2025	1 de 1

Este documento y su contenido es propiedad de Juan Carlos Sanz Tamayo. Queda prohibida su divulgación o entrega a terceros sin la previa autorización escrita del propietario.