

Pastelitos de boniato, un rico patrimonio de la repostería valenciana

Ingredientes

Para la confitura (para 90 pasteles):

- - 2,5 Kg de boniatos
- - 1 cucharada sopera de canela
- - Ralladura de medio limón

Para la masa:

- - 1/2 litros de aceite girasol (se emplea este tipo de aceite para no restar sabor al dulce)
- - 250 gramos de licor de anís o cazalla
- - 150 gramos de azúcar
- - 1,200 Kg de harina especial para galletería (también conocida como harina floja)
- - 1 huevo

La Comunidad Valenciana atesora una gran riqueza gastronómica, con una amplia variedad de dulces típicos, muchos de ellos de procedencia árabe, que debido a su tradición y gran demanda han dejado de ser productos de temporada vinculados a efemérides religiosas para pasar a consumirse durante todo el año.

Hoy os hablaremos de los **pasteles de boniato** (en valenciano *pastissets de moniato*), una especie de empanadilla que contiene una masa de boniato en su interior que, aderezada con un ligero toque de canela, se convierte en el bocado perfecto y delicado para los que gusten de la buena repostería.

Como ya hemos comentado, este dulce, y al igual que otros muchos típicos de la *Comunitat* como el arnadí, las peladillas o el mazapán, tiene su **origen en la época del al-Andalus**, momento en el que se creó una nueva forma de dulcificar la caña de azúcar y que dio paso a una etapa de esplendor de la repostería.

Los pasteles de boniato, antiguamente se empezaban a consumir en el mes de noviembre cuando, uno de sus ingredientes principales, el azúcar, se hacía indispensable para combatir las bajas temperaturas. Además, **eran los protagonistas en los postres navideños**, tradición que se mantiene hasta nuestros días ya que sigue siendo uno de los dulces preferidos en los hogares valencianos durante estas fechas.

Precisamente, historia y tradición son dos factores presentes en el [Horno de San Bartolomé](#) de **Valencia** donde elaboran desde hace varias generaciones los *pastissets de moniato* con una **receta familiar** que comparten con **Gastronosfera**.

Preparación de la confitura:

Sin duda, la importancia de este dulce radica en la calidad de la confitura.

- Ésta se realiza cociendo los boniatos con piel a fuego lento durante aproximadamente 4 horas.
- Una vez, cocidos se pelan, se saca la pulpa y se mezclan con el azúcar, la canela y el limón rallado, obteniendo como resultado la confitura.
- Este relleno se puede cocinar un día antes con el objetivo de que repose y se puedan fijar bien los diferentes sabores.

Preparación de la masa:

- Se mezclan todos los ingredientes en la batidora durante 2 minutos, prestando especial atención a la incorporación de la harina que debe realizarse poco a poco para la masa vaya cogiendo cuerpo.



- Posteriormente la dejaremos reposar de 10 a 12 minutos para a continuación dividirla en pequeñas bolitas, cada una de las cuales dará lugar a un pastel.



- Colocaremos dichas bolitas de masa entre papel parafinado y las aplanaremos con la ayuda de un vaso que nos puede servir de molde (es aconsejable que la masa no quede demasiado fina para obtener un crujiente perfecto).



- Una vez estén listas, las rellenaremos con la confitura, que habremos preparado inicialmente, y las cerraremos dándoles la apariencia de una media luna.



- Antes de hornear los pasteles de boniato, ayudados con un pincel, los untaremos con un huevo batido para que la masa resultante después del horneado quede brillante y espolvorearemos con azúcar.



- Una vez preparados, los introduciremos en el horno, previamente calentado, y los coceremos a una temperatura 200 grados durante unos 20 minutos.

Información nutricional:

- El boniato es alto en hidratos de carbono y en vitaminas esenciales como son la C, el ácido fólico, el beta-caroteno (precursor de la vitamina A en el organismo) y la vitamina E. Además este tubérculo es una buena fuente de potasio, fósforo, magnesio y azufre.

- Pero hay que tener en cuenta que el contenido calórico de este dulce es alto ya que se elabora con abundante azúcar con lo cual se aconseja un consumo moderado. Algo realmente difícil cuando se degusta esta exquisitez, todo un lujo para el paladar y un rico detalle con el que obsequiar nuestra mesa.

*Texto de **Inboga***