

Cómo preparar un fruit cake o bizcocho de frutas

Ingredientes

- 200 gr. de harina
- 100 gr. de mantequilla
- 100 gr. de azúcar moreno
- 50 gr. de pasas
- 50 gr. de higos deshidratados
- 25 gr. de papaya deshidratada
- 25 gr. de piña deshidratada
- Unas rodajas de melón escarchado o similar
- 40 ml. de *brandy*
- 10 gr. de levadura química
- 1 naranja, su ralladura
- ¼ de cucharadita de esencia de vainilla en polvo
- 2 huevos medianos
- 1 pizca de sal

Ahora sí que sí. Las fiestas navideñas se han terminado y ya podemos despedirnos de [turrónes](#), polvorones y demás dulces ultra-calóricos que sólo ven la luz quince días al año y que parece que el tiempo no pase para ellos.

¿Os habéis fijado que siempre vemos lo mismo en las sobremesas? Turrón blando, turrón del duro, polvorón. Turrón de yema, peladilla y bombón. No hay salida, y la tradición, está claro, que la tenemos bien arraigada.



Pues si seguimos con estas tradiciones, podemos dar con un pan denso muy típico en el continente europeo, aunque algunos indiquen que su origen se remonta a la época romana. Este pan, conocido como **fruit cake** o **biscocho de frutas**, se sabe que empezó a prepararse para aprovechar el exceso de frutas confitadas y en conserva a finales del siglo XVI.



En la época invernal, cuando la variedad de frutas menguaba significativamente, era habitual confitar distintos tipos de frutas como las naranjas, los higos, las uvas... Y de esta práctica nació el delicioso dulce que aprenderemos a preparar hoy. Incorporar estas frutas tratadas en una masa compacta y que se mantuviera en perfectas condiciones durante varios días.



Aunque hoy en día las variaciones del mismo sean muy extensas; y de hecho se puede preparar al gusto por su versatilidad, no os perdáis la **receta** que encontraréis a continuación. Hará de vuestros desayunos y meriendas un momento perfecto con algo tan simple como este *fruit cake*.

Preparación:

- Precalentar el horno a 180 °C y engrasar con mantequilla un molde rectangular para *plumcake*. Forrar la base con papel vegetal para facilitar el desmolde y reservar.
- En un bol, poner las pasas junto al ron y los higos secos, cortados a trozos pequeños y dejar macerar.
- Rallar la piel de la naranja y mezclar con el azúcar, para que los aromas se impregnen bien.

- Por otro lado, fundir la mantequilla al microondas y mezclar con el resto de las frutas.
- En un recipiente ancho, verter el azúcar y los huevos. Batir enérgicamente durante unos minutos hasta que adquieran volumen y se aireen. Incorporar las frutas y la mantequilla y seguir mezclando para combinar bien todos los ingredientes.
- Añadir la harina , la levadura y la sal tamizadas a la mezcla anterior y mezclar bien con una espátula (la mezcla será espesa y muy densa). Añadir las pasas, los higos y el ron y seguir removiendo hasta tener una masa homogénea.
- Verter todo en el molde previamente engrasado. Alisar la superficie con una espátula e introducir en el horno, bajando la temperatura a 150°C.
- Cocer durante 50-55 minutos o hasta que, al pinchar el centro con una aguja, ésta salga totalmente limpia.
- Retirar del horno, dejar enfriar y desmoldar.
- Cortar en rebanadas de 1 cm. para servir.