

# MARAÑUELAS DE AVILES

*MARAÑUELAS DE AVILES*

<http://midulcepecado.com>





Hace ya algún tiempo subí una receta de marañuelas, las marañuelas de Candás, una parroquia de mi tierrina Asturiana. Pues bien, el otro día, pasando el fin de semana por las montañas del occidente, me preguntó una vecina de allí que vivía en la ciudad de Avilés si alguna vez había probado las marañuelas, pero no las de Luanco ni las de Candás, sino las de Avilés. Cual fue mi sorpresa que yo no sabía que había otra especialidad de marañuelas en Asturias, y entonces ya me picó la curiosidad.

Esta vecina, siempre tan amable, me dio la receta que ella lleva haciendo muchos años en su ciudad, y nada tienen que ver unas con otras. Las marañuelas de Luanco y Candás son una especie de galletas o pastas dulces, mientras que las de Avilés son más bien unos panes dulces. Ambas muy diferentes pero de un sabor excepcional. Me apunté la receta, la hice en casa, y como me gustó mucho, decidí subirla al blog. Prácticamente la subo igual, lo único que he añadido es un

pequeño almíbar para pintarlas por fuera y darles un toque extra de brillo.

Como dije anteriormente, las marañuelas de Avilés son unas pequeñas piezas de masa de pan dulce, tipo brioche. Están compuestas por ingredientes muy esenciales y tienen una forma muy característica, vienen presentadas en forma de lazos. Por puntualizar algo, diría que su textura y sabor me recuerda un poco a la masa del roscón de reyes, para que os hagáis una idea.

Elaborar estas marañuelas es muy fácil, solo debemos de tener en cuenta que requiere mucho tiempo de levado, entonces hemos de ser previsores. Por lo demás, es todo cogerle la maña y el punto. Una vez que haces la primera el resto es pan comido. Os animo a probar este pan tan blandito y dulce que entra solo, acompañado, o bien sumergido en un buen café o chocolate a la taza, a gusto del consumidor.

## **INGREDIENTES**

(Para 8-10 piezas)

- 550 g de harina de trigo.
- 50 ml de leche.
- 150 g de azúcar.
- 3 huevos.
- 45 g de levadura fresca.
- 125 g de manteca de cerdo.
- Ralladura de limón.
- Sal.
- Almíbar (50 ml de agua y 50 g de azúcar). Es opcional.

## **DE FORMA TRADICIONAL**

Elaborar estas ricas marañuelas es muy sencillo. Lo único que debemos de tener en cuenta es que la masa requiere de varias horas de levado, por lo tanto recomiendo hacerla una noche y dejarla levando hasta el

día siguiente. Una vez reposada le damos la forma característica a cada pieza y después del horneado podemos disfrutarlas junto con un esplendido café.

## **ELABORACION**

1. En primer lugar vamos a elaborar la masa. Recomiendo hacerla de noche y dejarla levando hasta el día siguiente. Para ello cogemos la harina y formamos un volcán con ella sobre la mesa de trabajo.
2. Templamos un poco la leche en el microondas y disolvemos la levadura fresca de panadería en ella. Introducimos la mezcla en el interior del volcán y hacemos lo mismo con el resto de ingredientes, los huevos, el azúcar, la manteca de cerdo, la ralladura de limón y la sal.
3. Ahora que tenemos el volcán de harina relleno vamos a ir mezclando y amasando todos los ingredientes a mano poco a poco hasta obtener una masa homogénea. Debe quedar algo pegajosa, si vemos que esta demasiado añadimos un poquito de harina para darle la forma redonda.
4. Introducimos la bola de masa en un bol grande , lo tapamos con un paño y lo dejamos fuera de nevera toda la noche levando.
5. Antes de trabajar la masa vamos a hacer un pequeño almibar (la receta original no lo requiere pero yo creo que le da un toque muy chic). Lo hacemos despues de elaborar la masa o al día siguiente, tanto da. Llevamos a ebullición el agua y el azúcar y una vez que hierba dejamos que enfríe.
6. Una vez reposada la masa durante unas cuantas horas, al día siguiente, podemos empezar a darle forma en el momento que mas nos apetezca. Para elaborar la primera pieza vamos a coger una porción de masa , del tamaño de un limón aproximadamente, y vamos a desgasificarla con las manos. Acto seguido hacemos una bola redonda con ella, la posamos sobre papel vegetal en la bandeja del horno, y le hacemos cuatro cortes con el cuchillo en forma de lazo como se aprecia en la foto.
7. Cogemos otra porción mucho mas pequeña de masa, la desgasificamos, le damos cuatro cortes también y la colocamos

encima de la primera porción. Con una brocha pintamos toda la superficie y alrededores de la pieza con un poco de huevo batido. Repetimos todo el proceso hasta obtener varias piezas y terminar la masa.

8. Una vez que tenemos las piezas repartidas por la bandeja , con una pequeña separación porque crecen durante el horneado, vamos a introducirlas en el horno precalentado a 180°. Las colocamos en el medio y las horneamos durante aproximadamente 15-20 minutos, hasta que estén doradas.
9. Sacamos las piezas del horno y con una brocha vamos a ir pintándolas por fuera con el almíbar para darles un poco de brillo y dulzor. Dejamos que enfríen y ya tenemos listas nuestras deliciosas marañuelas para degustar cuando mas nos apetezca.

## **CON THERMOMIX**

A la hora de hacer la masa de las marañuelas en la thermomix divagué un poco por internet para encontrar referencias. No encontré ninguna receta hecha con la thermo así que me propuse adaptarla yo misma. Lo intenté de la manera mas simplificada posible y al final conseguí cogerle el punto. Así que si os apetece probar ya tenéis una forma muy sencilla de obtener estas ricas marañuelas.

## **ELABORACION**

1. Como dije anteriormente lo ideal es hacer la masa y dejarla levando durante varias horas , por tanto es mas sencillo elaborarla de noche y dejarla levando hasta el dia siguiente. Para comenzar la receta vamos a ir introduciendo en la thermomix la leche y calentándola durante un minuto a 37° y velocidad 2.
2. Agregamos la levadura y mezclamos 5 segundos en velocidad 5.
3. Añadimos los huevos, el azúcar y la manteca y programamos 10 segundos en velocidad 6.
4. Agregamos la mitad de la harina, la ralladura de limón y la sal

y mezclamos 10 segundos a velocidad 6. Añadimos la otra mitad de la harina y volvemos a mezclar 10 segundos en velocidad 6.

5. Una vez que tenemos mezclados todos los ingredientes programamos la maquina para amasar durante 5 minutos en vaso cerrado, espiga.
6. Cuando el amasado finalice, si vemos que la masa está muy pegajosa añadimos un poco de harina y le damos un golpe de turbo para que salga sin dificultad de la thermomix. Volcamos la masa sobre la mesa algo enharinada y hacemos una bola con ella. La dejamos dentro de un bol tapado con un paño toda la noche levando.
7. Antes de trabajar la masa vamos a hacer el almíbar para abrillantar las piezas mas tarde. Para ello introducimos en la thermo el azúcar y el agua y programamos 7 minutos , 100º , velocidad 2. Introducimos el almíbar en un vaso y dejamos que enfríe.
8. Una vez reposada la masa durante unas cuantas horas, al día siguiente, podemos empezar a darle forma en el momento que mas nos apetezca. Para elaborar la primera pieza vamos a coger una porción de masa , del tamaño de un limón aproximadamente, y vamos a desgasificarla con las manos. Acto seguido hacemos una bola redonda con ella, la posamos sobre papel vegetal en la bandeja del horno, y le hacemos cuatro cortes con el cuchillo en forma de lazo como se aprecia en la foto.
9. Cogemos otra porción mucho mas pequeña de masa, la desgasificamos, le damos cuatro cortes también y la colocamos encima de la primera porción. Con una brocha pintamos toda la superficie y alrededores de la pieza con un poco de huevo batido. Repetimos todo el proceso hasta obtener varias piezas y terminar la masa.
10. Una vez que tenemos las piezas repartidas por la bandeja , con una pequeña separación porque crecen durante el horneado, vamos a introducirlas en el horno precalentado a 180º. Las colocamos en el medio y las horneamos durante aproximadamente 15-20 minutos, hasta que estén doradas.
11. Sacamos las piezas del horno y con una brocha vamos a ir pintándolas por fuera con el almíbar para darles un poco de

brillo y dulzor. Dejamos que enfríen y ya tenemos listas nuestras deliciosas marañuelas caseras.

Si os ha gustado la receta y os apetece, podéis seguirme en mis otras redes sociales:

<https://www.instagram.com/almudenaalvarezperez/>

<https://www.facebook.com/midulcepecado4/>