

Crema catalana: ¿Cómo hacer esta clásica receta?

09 mar 2022

La crema catalana es el postre más típico y tradicional de Cataluña, sobre todo durante la festividad de San José. Descubre el origen, los ingredientes y la preparación de esta clásica receta.

Crema catalana: Orígenes e historia

La tradición de la crema catalana es muy antigua, aunque no exista una fecha concreta, según la literatura gastronómica el origen podría ser medieval.

En realidad, el postre más conocido de la cocina catalana lleva consigo una leyenda sobre su origen desde el siglo XVIII. En ella se cuenta que, durante la visita de un obispo a un convento catalán, las monjas prepararon este postre para arreglar un flan que les había quedado demasiado líquido. El obispo, que esperaba un postre frío como el típico flan, se asombró con el azúcar caramelizado gritando “*crema*”, es decir, quema en catalán. Y de ahí, su nombre.

A pesar de que este postre empezó a ser un dulce típico para la festividad de San José, el 19 de marzo, hoy podemos encontrarlo en casi todas las cartas de los restaurantes durante todo el año.

¿Es la crema catalana una natilla?

A pesar de que no podamos saber con exactitud cuál apareció primero, podemos afirmar que la crema catalana no es una natilla, ni viceversa.

La principal diferencia entre estos dos postres es muy visible, ya que la crema catalana se sirve con una capa de azúcar quemada por encima y, en su versión más tradicional, se presenta con un carquiñol o un pequeño cucurucho de galleta. En cambio, las natillas se comen con canela por encima o galletas tipo maría integradas, pero nunca con la superficie caramelizada.



Otro detalle menos superficial es la cantidad de ingredientes: las natillas llevan menos maicena en su preparación que la crema catalana, esa pequeña diferencia es lo que las hace menos espesas.

Ingredientes

Para hacer una buena crema catalana casera necesitamos: leche entera, yema de huevo, azúcar blanco, maicena, corteza de limón, naranja y canela. Todos los ingredientes son simples y fondos de despensa que solemos tener siempre.

Vamos a hacer una lista con la cantidad de ingredientes propuesta por Chef Caprabo para poder elaborar una [crema catalana tradicional](#) [/shared/.content/recetas/337-Crema-catalana-tradicional.html] para cuatro personas. Ahora bien, cada repostero tiene su secreto y cantidades exactas para darle ese toque personal.

- 1 l leche entera
- 200 g de azúcar
- 160 g de yema de huevo
- 40 g de maicena
- La piel de un limón
- La piel de una naranja
- 1 rama de canela

Preparación

La elaboración de la crema de Sant Josep o crema catalana es fácil y bastante rápida.

1. En una olla calentar el litro de leche entera con la mitad del azúcar, la rama de canela y la piel de los cítricos, evitando la parte blanca del limón que le otorga ese sabor amargo.
2. Separar las yemas de las claras de huevo y batir.
3. Mezclar con la ayuda de unas varillas el azúcar restante con la maicena en un bol y añadir las yemas de huevo ya batidas.
4. Retirar la canela en rama y las cortezas de los cítricos que le daban sabor a la leche. Añadir la mezcla de yemas, maicena y azúcar y remover sin parar hasta que empieza a hervir.
5. Mantener 30 segundos en el fuego y distribuir en las tradicionales cazuelitas de barro.
6. Dejar enfriar, añadir azúcar y caramelizar con la ayuda de un soplete o con la pala de quemar.

¿Qué hacer si no tengo soplete?

No todo el mundo tiene un soplete o un quemador de hierro rondando por la cocina, la verdad sea dicha, así que una de las soluciones más eficaces y rápidas es añadir la azúcar por la superficie de la crema catalana y meterla a unos 200º al horno, cuanto más cerca sea del grill mejor.

Otra solución sería caramelizar el azúcar con una espátula de metal. Agarramos la espátula con un trapo de cocina para no quemarnos y calentamos la parte metálica de la espátula en la vitrocerámica o los fogones. Una vez esté caliente la espátula, el proceso es exactamente igual que con el quemador de hierro o eléctrico, al contacto con el azúcar de la crema esta se caramelizará.

Si nos encanta disfrutar de este postre, pero no tenemos tiempo para su preparación, puedes hacerte con la [crema catalana Eroski](https://capraboacasa.com/portal/es/super/producto/eroski-crema-catalana-mi-pueblo-155g/271407) [<https://capraboacasa.com/portal/es/super/producto/eroski-crema-catalana-mi-pueblo-155g/271407>] elaborada con huevos frescos.