

ELLE *gourmet* ELLE

INVIERNO 2016 N°11 3 € (SPAIN) CANARIAS 3,15 €

**REGALOS
MÁGICOS**
QUEDARÁS COMO
UN REY FOODIE

**LOS SITIOS
MÁS IN**
A LOS QUE IR
CON AMIGOS

*24 horas
con el chef
Albert Adriá*
EN SU IMPERIO
GASTRO

65
recetas
PARA CELEBRAR
POR TODO LO ALTO

**ÚBEDA
Y BAEZA**
ESCAPADA
COOL ENTRE
OLIVOS

**CREMAS
Y SOPAS**
QUE TE HARÁN
ENTRAR EN CALOR

**Navidad
feliz** A RITMO
DE SWEET



La sonrisa del nuevo *icono healthy*

Con sus recetas **alegres, fáciles y saludables**, Rens Kroes se ha convertido en una estrella en los Países Bajos. Paseamos con ella por Ámsterdam en busca de sus rincones *foodie & green* favoritos.

POR DANIÈLE GERKENS. FOTOS: ANNE TIMMER





CUPCAKES

*Para 4 personas.
Dificultad: baja.
Elaboración: 30 minutos
(+ 1 hora en el congelador).*

Ingredientes para la capa inferior:
50 g de almendras en polvo,
60 g de nueces picadas, 170 g de
dátiles troceados, 1 pizca de sal.

Ingredientes para la capa intermedia:
120 g de mantequilla (que no esté fría),
170 g de dátiles troceados, 50 g de
aceite de coco, 1 pizca de sal, 1 pizca
de vainilla en polvo sin azúcar.

Ingredientes para la capa superior:
70 g de aceite de coco, 4 cucharadas
de cacao en polvo sin azúcar, 90 g de
sirope de agave o de azúcar de palma.

Mezcla los ingredientes de la capa inferior con la batidora y reparte el resultado de manera uniforme en la bandeja para *cupcakes*. Asegúrate de que la masa se asienta bien. Limpia la batidora y repite la operación con los ingredientes de la capa intermedia. Para la capa de más arriba, calienta a potencia suave el aceite de coco en un cazo pequeño junto con el cacao en polvo sin azúcar y el sirope de agave o de azúcar de palma; dales vueltas hasta que consigas formar una pasta homogénea. Esta capa debe ser la más fina de las tres: espera a que se temple a la intemperie, viértela sobre las otras dos y congela los *cupcakes* durante 1 hora, aproximadamente. Sácalos del congelador un rato antes de servirlos y preséntalos en moldes de papel para magdalenas.



Fanática de los productos *bio*, Rens Kroes apuesta en por la materia prima local y de temporada.



PATATAS FRITAS DULCES

Para 2 personas.
Dificultad: baja.
Elaboración: 20 minutos.

Ingredientes: 2 patatas dulces grandes, 4 cucharadas de aceite de coco, 1 cucharadita de pimentón, sal del Himalaya.

Lava las patatas y, sin pelarlas, córtalas en bastones largos y finos. Pon el aceite de coco en una sartén a potencia fuerte y, cuando esté muy caliente, incorpora las patatas. Mantenlas al fuego hasta que empiecen a dorarse. Sácalas de la sartén, retíralas el exceso de aceite, espolvoréales el pimentón y la sal del Himalaya y muévelas. Están deliciosas con mayonesa (mucho mejor si es casera).

ESTILISMO: RENISKE VAN DER PLOEG-PELO Y MAGUIJLAJE; DANIELLE VAN DER HELM & CÉCILE HOLLE. FOTOSY ESTILISMO GASTRONÓMICO: LIEKE HEIJN / PIM JANSWAARD - CAMERON STUDIO



«De Kas es un restaurante genial: cada semana sirve un menú único a partir de los productos de su huerto» (restaurantdekas.nl).



Para surcar Ámsterdam, Kroes se aplica uno de sus propios *tips healthy*: hacer ejercicio. Por eso se desplaza siempre en bici.