



Ate de guayaba

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocimiento: 3 horas aproximadamente

Tiempo total: 3 horas 30 minutos

Porciones: 1 kilo de ate aprox.

Por fin me animé a intentarlo, fue la segunda vez y de la primera mejor ni platicamos. Este es por mucho uno de mis dulces mexicanos favoritos y más si es de guayaba, que me fascina.

Esta receta un tributo a mi papá, que lo disfrutaba tanto como yo... lástima que ya no le tocó probarlo hecho por mis manos, pero me conformo con que pude hacerle sus nueces garapiñadas y aún recuerdo cómo les dió el visto bueno. Ni hablar, ya me tocaba que me echara la porra desde el Cielo.

Estoy feliz y quedé muy contenta con el resultado y aquí les dejo esta receta que pueden ir adaptando a su gusto, más o menos dulce (controlando el ácido que da el jugo de limón); el azúcar no se puede modificar porque ayuda a que la pasta de fruta tome la consistencia adecuada para poder cuajar en forma de ate y que luego poder rebanarlo perfectamente.

El agregado de la manzana no predomina en el sabor y sí le aporta el grado de pectina necesario para ayudar a cuajar, ya que la guayaba por sí sola no contiene tanta pectina como la manzana. Crean cuando les comento que nadie va a sospechar que tiene manzana. Esto nos ayuda a no agregar agentes espesantes externos (químicos) y cocinar este dulce tan auténtico y apegado a la tradición como es posible.

La dulcería mexicana es un arte de puntos exactos y técnicas dedicadas, pero sobre todo es un ejercicio de paciencia, de buen ojo y de un verdadero amor por lo que se hace. Observar las transformaciones lentas y maravillosas que se gestan en la olla bajo el golpe del brazo que no para de menear, es fascinante y el resultado creanme que vale la pena.

Poco a poquito voy aprendiendo y espero que esta receta los inspire para aventarse y hacer su ate, si yo pude todos pueden.

Ingredientes:

- 1.500 gr. Guayabas maduras pero firmes.
- 400 gr. Manzanas golden.
- 200 a 250 gr. Jugo de limones Eureka (depende del gusto).
- 600 gr. Azúcar refinada.

NOTA: La cantidad de azúcar es exactamente la mitad en gramos de la cantidad de fruta a utilizar. Por lo mismo es práctico usar una báscula de cocina para poder pesar la fruta ya sin semillas y así calcular la cantidad de azúcar de una manera más exacta.

Procedimiento:

Lavar muy bien las guayabas y las manzanas.

Partir las guayabas a la mitad y con ayuda de una cuchara retirarles todas las semillas y reservarlas



Ate de guayaba

aparte. Quitarles también los cabitos cafés. Después de esto quedarán aproximadamente 800 gr. de guayabas.

Cortar las manzanas en trozos y desechar los tronquitos y las semillas.

Poner a cocer las semillas de las guayabas en tres tazas de agua durante unos 10 minutos a partir de que suelta un hervor suave. Esto sirve para suavizar la pulpa que se queda pegada en ellas y permite que se “suelte” un poco para poder aprovecharla.

Se apaga el fuego y se cueban las semillas dejando que se elimine el exceso del agua (esta se puede aprovechar para saborizar agua natural). Cuando ya ha escurrido casi todo el líquido, se toma una cuchara y se empiezan a tallar las semillas contra el fondo del colador para permitir que la pulpa vaya pasando limpia (queda como una espuma espesa). Desechar las semillas secas.

A continuación hay que licuar muy bien las mitades de guayabas, los trozos de manzana, la pulpa obtenida de las semillas, el azúcar y el jugo de los limones. Hay que obtener una pasta tersa y sin grumos.

NOTA IMPORTANTE: Si no se tiene una licuadora con mucha potencia, primero hay que cocer un poco las mitades de las guayabas y los trozos de manzana (en poca agua para que se suavicen, no recocer). Se escurre muy bien el agua y se llevan a licuar después.

Dentro de una olla honda (porque salta mucho) de fondo grueso se vacía la mezcla de la licuadora. Es recomendable tener a la mano una malla como las que se usan encima de los sartenes para evitar salpicaduras de aceite y así protegernos de quemaduras y mantener más limpia la estufa.

Hay que menear constantemente la pasta de fruta, removiendo desde las orillas y hasta el fondo de la olla para permitir que se vaya cocinando de un modo uniforme. Mover de un lado a otro todo el tiempo.

Es un proceso largo dependiendo del fuego al que se tenga la estufa. Si se usa fuego medio a medio alto, es más rápido pero no se puede dejar de menear porque quema y para evitar que salpique mucho.

Si se usa fuego bajo, se puede dejar la olla protegida con la malla antisalpicaduras y estar meneando de vez en cuando. Obviamente esto alargará mucho más el tiempo.

La fruta va perdiendo humedad y los azúcares se van cocinando. Hay que tener paciencia, la pasta debe ir cambiando de un color amarillo claro a un color ámbar profundo y pasar de un estado semi líquido a un espeso denso.

Cuando al mover con la cuchara se empieza a observar el fondo de la olla ya casi está listo.

Hay que dejar un poco más para lograr que se haga una pasta espesa que al moverla o empujarla a un lado de la olla, se quede ahí sin regresar. Este es el punto perfecto.

Se retira de la lumbre y se acomoda en un molde de plástico protegido con papel pergamino (“parchment paper”) o en moldes de silicón, alisando la superficie con una espátula. No tapar el molde. Dejar secar en un lugar fresco y seco.

Hay que cuidar que los moldes no sean muy altos ya que esto dificulta el secado del ate en el centro. De preferencia que sean moldes bajos para que no quede muy grueso.

El tiempo de secado varía según la humedad ambiental, a veces el proceso puede durar desde 4 hasta 10 horas. Cuando al tocar la superficie ya se siente seca, se hace la prueba de levantar el ate del molde a ver si por abajo ya cuajó también.

El momento de retirarlo es solo cuando se puede manipular sin dificultad o riesgo de romperse. Si se sigue sintiendo suave, se deja secar por más tiempo.



Ate de guayaba

Mantener el ate cerrado en recipiente hermético o en refrigeración.

¡BUEN PROVECHO!

