

## HUEVOS BENEDICT (BENIDICTINOS)

**INGREDIENTES:** 4 personas

4 huevos  
2 litros de agua  
100 ml de vinagre de vino blanco  
2 English muffins (o 4 rebanadas de pan de molde)  
4-8 lonchas de jamón ibérico (o bacon)  
Salsa holandesa  
Cebollino fresco picado

**Para los English muffins:**  
225 g de harina de trigo  
165 ml de leche entera  
8 g de mantequilla clarificada (o mantequilla derretida)  
8 g de levadura fresca  
1/4 cucharadita de azúcar  
4 g de sal

**Para la salsa holandesa:**  
2 yemas de huevo  
120 g de mantequilla clarificada  
1,5 cucharadas soperas de agua fría  
Sal, Pimienta blanca, zumo de limón (opcional)



## **ELABORACIÓN:**

Clarificar la mantequilla. Tan fácil como poner la mantequilla al baño María hasta que esté totalmente derretida y veáis en el fondo la grasa. No hay que remover ni nada, simplemente dejar a fuego medio, hasta que esté totalmente líquida. Dejar reposar durante 15 minutos, colar y ya se puede usar tanto en los muffins ingleses como en la salsa holandesa.

**Salsa holandesa:** echar 2 yemas de huevo en un bol. Añadir una cucharada y media sopera de agua fría, sal, pimienta molida y batir con unas varillas. Hacemos la salsa al baño María, a fuego medio. Hemos de batir sin parar. Sin dejar que el agua llegue a hervir, sino la yema se nos podría cuajar, hasta que espese. Sin dejar de batir, añadir 120 g de mantequilla clarificada hasta que emulsione la salsa. Opcionalmente, al final, podemos añadir zumo de limón.

**Los English muffins o muffins ingleses:** son el pan que normalmente llevan los huevos benedict. De los 165 ml de leche tibia que necesitamos, echar una poquita en un bol y deshacer 8 g de levadura fresca. Tamizar 225 g de harina en un bol, hacer un agujero en el medio e incorporar el resto de leche tibia y la que tenemos con la levadura. Echar 8 g de mantequilla clarificada, 1/4 de cucharadita de azúcar y 4 g de sal. Mezclar con ayuda de una espátula o con los propios dedos hasta integrar todos los ingredientes. Untar con aceite de oliva virgen extra la superficie de trabajo y nuestras manos. Untar también el bol. Amasar durante 5 minutos con las manos. Conseguiremos una masa bastante pegajosa. Dar forma de bola a la masa y tapar con film transparente dentro del bol. Dejar reposar hasta que doble su volumen. Enharinar la superficie de trabajo y estirar la masa con un rodillo. Hay que conseguir una masa de 1 cm de grosor aproximadamente. Con ayuda de un cortador damos forma a nuestros muffins. La masa sobrante se reaprovecha. Con estas cantidades salen 9 muffins. Colocar sobre papel vegetal en una bandeja de horno. Dejar reposar en un lugar cálido, tapado con film transparente, durante 1 hora. Pasado el tiempo, cortar el papel individualmente. Poner los muffins en una plancha caliente. Los hacemos a fuego medio alto 6-8 minutos por cada lado. En la misma plancha vamos a pasar en este caso el jamón ibérico, pero podríais poner bacon, panceta, jamón serrano, jamón de parma... Partir los muffins por la mitad y los tostamos.

**Huevos poché:** En una olla alta ponemos 2 litros de agua y 100 ml de vinagre de vino blanco. El agua tiene que estar caliente, casi a punto de hervir. Echar los huevos en un bol y de ahí a la olla de agua. Dejar los huevos haciéndose durante 3 minutos, de esa manera, la clara estará cuajada y la yema líquida. Pasados los 3 minutos los escurrimos y pasamos a un bol con agua fría, para romper la cocción. Y de aquí a un plato.

**MONTAJE:** Colocar los muffins o pan de molde tostado, seguido de una o dos lonchas de jamón por comensal, colocar el huevo sobre el jamón y cubrir cada huevo con la salsa holandesa. Finalmente, decorar con un poquito de cebollino fresco.