

Receta de frixuelos asturianos tradicionales



Receta de frixuelos asturianos

Emparentados con las filloas gallegas y los crepes franceses, los frixuelos asturianos son muy habituales durante la celebración del Antroxu o Carnaval así como en la fiesta de Comadres.

¿Cómo hacer frixuelos asturianos?

Los frixuelos asturianos (frisuelos o fayuelos) son un postre típico de la región de Asturia y León, unos panqueques caseros elaborados a partir de harina, leche y huevos.

Información Nutricional

Categoría: [Postres](#)

Cocina: Española, Asturias

Calorías: 350

Preparación: 20 minutos

Cocción: 10 minutos

Raciones: 4 personas

Receta de frixuelos asturianos

Ingredientes

- 500 ml de leche entera
- 200 g de harina
- 4 huevos
- 2 cucharadas de azúcar
- 1 limón
- 1 cucharada de anís o coñac
- $\frac{1}{4}$ cucharadita de sal
- Azúcar
- Aceite de oliva virgen extra suave

Preparación

- 1. En un bol grande añadir los huevos y el azúcar, batir hasta integrar con un tenedor o varilla de cocina, añadir el anís o coñac, la leche, la sal, la ralladura del limón y mezclar todo muy bien nuevamente.
- 2. Incorporar la harina cernida, poco a poco, sin dejar de revolver hasta obtener una mezcla homogénea, cubrir con un paño limpio y reposar por 30 minutos hasta así obtener una crema ligera y suave.
- 3. En una sartén mediana antiadherente o una crepera

añadir unas gotas de aceite de oliva, calentar a fuego medio y distribuir en una fina capa con un papel de cocina, añadir un $\frac{1}{2}$ cucharón de cocina de mezcla y mover la sartén en movimientos circulares para distribuir por toda la superficie.

- 4. Mantener la cocción hasta que los bordes comiencen a despegar, girar sobre un plato o con una espátula ancha y mantener por otros 30 a 40 segundos. Reservar sobre un plato, espolvorear con azúcar, repetir con toda la mezcla y apilar uno sobre otro. Mantener calientes.
- 5. Servir los frixuelos asturianos inmediatamente, calientes, habitualmente enrollados.

Sartén para crepes



[Kopf Sartén para Crepes Marra, Fundición de Aluminio, 28 cm.](#)

[Ver Precio](#)

Recomendamos

[Paté de cabracho](#)

[Fabada asturiana](#)