



CREMA DE MANZANA LIGERA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 800 g de manzana
- 1000 ml de leche descremada
- 4 unidades de yema de huevo
- 1 rama de canela en rama
- 1 unidad de limón
- edulcorante

LA PREPARACIÓN

- Cocer las manzanas peladas y sin el corazón. Triturarlas hasta conseguir una textura cremosa.
- Hervir la leche con la canela en rama, la cáscara de un limón y la sacarina / edulcorante. Dejar que se enfríe e incorporar las yemas de huevo batidas.
- Mezclar a fuego suave sin dejar que hierva. Añadir la crema de manzana y mezclar bien.
- Dejar enfriar y servir.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 33.3 g	Grasas 6 g
Kcal 248	Proteínas 12.9 g