



PASTEL DE PISTACHO, YOGUR Y CARDAMOMO

INGREDIENTES PARA 8 COMENSALES

- 150 g de pistachos sin sal
- 185 g de harina de fuerza
- 200 g de azúcar
- 150 g de mantequilla
- 125 g de yogur natural desnatado
- 5 g de cardamomo molido
- 3 unidades de huevos
- 1 unidad de lima

LA PREPARACIÓN

- Precalienta el horno a 180°. Unta un molde de 20 cm de diámetro con un poco de mantequilla o aceite, y forra la base con papel parafinado. Tritura los pistachos y el cardamomo. Añade la mantequilla, la harina y la mitad del azúcar, y tritúralos también. Agrega los huevos al yogur e incorpora al resto de ingredientes.
- Vierte la masa en el molde y alisa la superficie. Hornea entre 45-55 minutos o hasta que al pinchar con un cuchillo el centro, éste salga limpio.
- Pela la lima con un pelador y retira la membrana blanca de la piel. Pon el azúcar restante y 100 ml de agua en una cacerola pequeña y disuelve



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 43.8 g	Grasas 23.2 g
Kcal 419	Proteínas 7.4 g

el azúcar a fuego lento. Llévalo a ebullición, añade la piel de la lima y prosigue la cocción 5 minutos. Cuela el almíbar y déjalo enfriar.

- Pincha el pastel varias veces con una brocheta y vierte el almíbar caliente sobre el pastel enfriado.