



# TORTITAS CON SUERO DE LECHE Y MORAS

## INGREDIENTES PARA 6 COMENSALES

- 480 g de manzana verde
- 30 g de azúcar moreno
- 1 unidad de zumo de limón
- 25 g de mantequilla
- 5 g de canela en polvo
- Tortitas
- 350 ml de suero de leche
- 125 g de harina con levadura
- 25 g de harina de maiz
- 40 g de azúcar
- 125 g de moras pequeñas
- 15 g de mantequilla
- 10 g de aceite de oliva
- 5 g de bicarbonato
- 1 unidad de huevo

## LA PREPARACIÓN

- Pela y corta las manzanas en dados. Colócalas en un cazo junto con el azúcar, la canela, el zumo de limón y una cucharada de agua.
- Llévalas a ebullición y cuécelas durante 20 minutos a fuego suave. Machácalas con un tenedor, añade la mantequilla y cocínalas destapadas , hasta que se espesen. Retira el cazo del fuego y déjalo enfriar.
- Coloca la harina y el bicarbonato en



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 38.6 g	Grasas 9 g
Kcal 261	Proteínas 4.3 g

un bol, añade la harina de maíz y el azúcar. Pon el huevo, el suero de leche y la mantequilla derretida en un segundo bol y bate hasta que se mezclen. Añade los otros ingredientes sin dejar de remover. Agrega las moras en la masa.

- Calienta una sartén antiadherente. Distribuye una cucharadita pequeña de aceite y vierte un poco de masa para formar una pequeña tortita . Da la vuelta y fríela hasta que esté hecha. Colócala en un plato y consévala.
- Sirve las tortitas templadas, recubiertas del puré de manzanas.