



PERAS EN ALMÍBAR INFUSIONADAS CON CANELA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 4 unidades de peras grandes
- 500 ml de agua
- 40 g de azúcar
- 1 unidad de canela en rama
- 1 unidad de limón

LA PREPARACIÓN

- Coloca el azúcar y el agua en un cuenco y mezcla. Incorporar las peras peladas y descorazonadas, previamente rociadas con el zumo de limón, agrega también la rama de canela y la corteza del limón, tapa con papel film. Cocina en el microondas a potencia máxima 10 a 15 minutos, ten en cuenta que si la pera no está del todo cubierta por el líquido, a mitad de cocción tendrás que darle la vuelta, para asegurar una cocción uniforme.
- Cuando la pera esté tierna deja enfriar y reservar hasta servir.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 31.6 g	Grasas 0.31 g
Kcal 145	Proteínas 1 g