



# HIGOS AL HORNO CON FRUTAS DEL BOSQUE

## INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 16 unidades de higos
- 125 g de fresas
- 50 g de frambuesas
- 40 g de mantequilla
- 30 g de azúcar
- 0.5 unidad de limón

## LA PREPARACIÓN

- Lava las fresas, elimina el tallo y tritúralas con la batidora junto con las frambuesas. Agrega el azúcar y el zumo de medio limón, y vuelve a batirlo todo.
- Después, pasa la salsa por el chino o por un colador fino. Guárdala en la nevera.
- Precalienta el horno a 180 °.
- Lava los higos, elimina la parte superior del pedúnculo y hazles un corte en forma de cruz. Después, colócalos en una bandeja para horno.
- Espolvoréalos con un poco de azúcar y pon encima de cada uno un trocito de mantequilla. Coloca la bandeja en el horno unos 5 minutos.
- Dispón de 4 higos en cada plato y vierte por encima la salsa de fresas y frambuesas. Adorna con una



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos  
de carbono  
34 g

Grasas  
9.2 g

Kcal  
241

Proteínas  
3 g

ramita de menta.