



FLAN DE CANELA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 3 unidades de huevo
- 500 ml de leche desnatada
- 1 unidad de vainilla
- 10 g de canela
- 5 ml de licor de canela
- 20 g de azúcar

LA PREPARACIÓN

- Hierva la leche con la vainilla.
- Mezcla las yemas de los huevos con el azúcar; añade la leche hirviendo, la canela y el licor de canela y bate.
- Vierte en un molde, o en 4 moldes individuales, y cuece a baño María hasta que la crema se solidifique.
- Sirve los flanes fríos.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 12.2 g	Grasas 5.1 g
Kcal 137	Proteínas 9.9 g