

Libreta: Postres
Creado: 26/03/2018 20:37
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/crema-pastelera-baja-en-calor%c3%adas.html>

Crema pastelera baja en calorías

INGREDIENTES

Leche desnatada 250 ml.
Huevo 2 yemas grandes
Harina 1 cucharada
Natreen granulado 4 cucharadas
Maicena 1 cucharada
Vainilla 1/2 vaina

PREPARACIÓN

Calentar la leche a punto de hervir, agregar la vainilla y apagar, dejar en infusión 15 minutos

Mezclar la harina, maicena y Natreen junto con las yemas, colar la leche y verter poco a poco sobre la mezcla removiendo. Poner otra vez sobre el fuego sin dejar de mover hasta que espese