Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



POSTRES · VEGETARIANO

Tortitas de pera

2 raciones 365 kcal

Ingredientes

- **100gr** de pera conferencia
- **100gr** de harina de avena
- **1** huevo
- **100ml** de leche o bebida vegetal
- Canela en polvo
- **½ sobre** de levadura
- Aove

POR RACIÓN

Proteínas	**14 g**
Grasas	**15 g**
Hidratos	**45 g**
Fibra	**7,3 g**

Elaboración

1. Ponemos todo en el vaso de nuestra batidora o robot de cocina y trituramos hasta que se integren todos los ingredientes.
2. Vamos haciendo nuestras tortitas en la sartén con un poquito de aove.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya