MARÍA



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Bizcochito rápido de limón

15min · 1 ración · 263 kcal

Ingredientes

- **140 ml** claras (1 huevo + 50 ml claras o 2 huevos)
- **40 gr** harina de avena
- Zumo de limón
- Levadura
- Chía

POR RACIÓN

Proteínas	**24 g**
Grasas	**4,7 g**
Hidratos	**32 g**
Fibra	**6,5 g**

Elaboración

1. En un bol añadimos las claras y las montamos (casi a punto de nieve)
2. Después incorporamos la avena, el zumo de limón, la levadura y la chía, y mezclamos con movimientos envolventes
3. Precalentamos el horno a 180°
4. Añadimos la mezcla en un recipiente apto para horno y horneamos durante 12-15 minutos a 180°
5. Pasado este tiempo, echamos yogur por encima y ralladura de limón para darle un toque un poquito más ácido

RECOMENDACIONES

Se recomienda usar papel vegetal en el recipiente apto para horno.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy