MARÍA



POSTRES · VEGETARIANO

Tortitas de San Valentín

15min · 1 ración · 388 kcal

Ingredientes

- **1** huevo
- **3 cdas.** de harina
- **100 ml** leche
- **20 gr** yogur
- Toppings

POR RACIÓN

Proteínas	**14 g**
Grasas	**14 g**
Hidratos	**50 g**
Fibra	**1,4 g**

Elaboración

1. Añadir todos los ingredientes y triturar hasta obtener una masa homogénea
2. Echar la masa en un biberón y dejar reposar en la nevera unos 15 minutos
3. Calentar una sartén con aove y hacer la forma de corazón, a fuego medio, y darles la vuelta
4. Añadir a un bol o plato y poner toppings al gusto; en este caso, plátano, frutos rojos, chocolate rallado y granola crunchy

RECOMENDACIONES

Son mucho más fáciles de hacer de lo que puede parecer. Echar la masa en un biberón facilita hacer la forma.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA

cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy