

MARÍA

POSTRES · VEGETARIANO

Tiramisú

6 raciones 478 kcal

Ingredientes

- **250 gr** queso mascarpone
- **200 ml** nata montar
- **150 gr** azúcar
- **3** claras de huevo
- Cacao en polvo
- Galletas

POR RACIÓN

Proteínas	**6,2 g**
Grasas	**33 g**
Hidratos	**41 g**
Fibra	**1,5 g**

Elaboración

1. Preparamos el café
2. Montamos la nata y las claras con las varillas, pero por separado (las claras estarán montadas cuando las volquéis y no caigan)
3. En un bol juntamos el queso mascarpone con el azúcar e integramos
4. Juntamos las 3 cosas en el bol del mascarpone con movimientos envolventes para no quitar el aire a la nata ni las claras
5. Mojamos las galletas en el café y las ponemos en la base, la crema y así sucesivamente hasta acabar en crema y echamos cacao en polvo

RECOMENDACIONES

Se puede dejar preparado del día anterior

Hecho con CookNest