la cocina de los golosos



POSTRES · VEGETARIANO

Tartaletas de galletas, crema y fruta

6 raciones 404 kcal

Ingredientes

- **12** galletas tipo digestive (175 gr)
- **40 gr** aceite de coco
- Frutas favoritas, mango, kiwi, melocotón, fresas, cerezas

CREMA PASTELERA

- **4** yemas
- **500 ml** leche
- **100 gr** azúcar
- **40 gr** maicena
- Esencia de vainilla
- Pizca de canela

POR RACIÓN

Proteínas	**7 g**
Grasas	**19 g**
Hidratos	**53 g**
Fibra	**2,4 g**

Elaboración

CREMA PASTELERA

1. Poner las yemas con el azúcar, la maicena, la esencia de vainilla y la canela, integrar bien y añadir la leche poco a poco
2. Cuando esté bien mezclado, poner a fuego medio removiendo constantemente hasta espesar
3. Dejar enfriar y reservar en la nevera
4. Triturar las galletas y añadir esencia de coco
5. Conseguir una mezcla compacta y moldeable
6. Rellenar las bases con la galleta compactando bien para que no se rompa
7. Dejar 15 minutos en el congelador
8. A continuación cubrir con la crema y la fruta

Hecho con CookNest

Todas las recetas de la cocina de los golosos
cooknest.app/@lacocinadelosgolosos · Instagram @lacocinadelosgolosos