HerZechef



POSTRES · VEGETARIANO

Natillas al microondas

10min · 4 raciones · 165 kcal

Ingredientes

- **500 ml** de leche
- **1 cucharada** de azúcar
- **1 cucharada** de maizena
- **2** yemas de huevo
- Galletas maría
- Cáscara de un limón
- Unas gotas de esencia de vainilla

POR RACIÓN

Proteínas	7,8 g
Grasas	7,7 g
Hidratos	16 g
Fibra	0,2 g

Elaboración

1. En un bol, echar la leche y la cáscara de un limón
2. Tapar el bol con plástico film y llevarlo al microondas a máxima potencia hasta que la leche hierva
3. Mientras tanto, en dos yemas de huevo añadir una cucharada de azúcar y otra de maicena
4. Mezclar con unas varillas hasta obtener una crema
5. Cuando la leche esté caliente, retirar las cáscaras de limón y verterla en el bol de las yemas con azúcar, removiendo para que no queden grumos
6. Tapar de nuevo el bol con film y calentar en el microondas solo 3 minutos
7. Al terminar, añadir unas gotas de esencia de vainilla
8. Rellenar el recipiente donde se servirán las natillas y colocar una galleta María encima
9. Refrigerar al menos 4 horas

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto