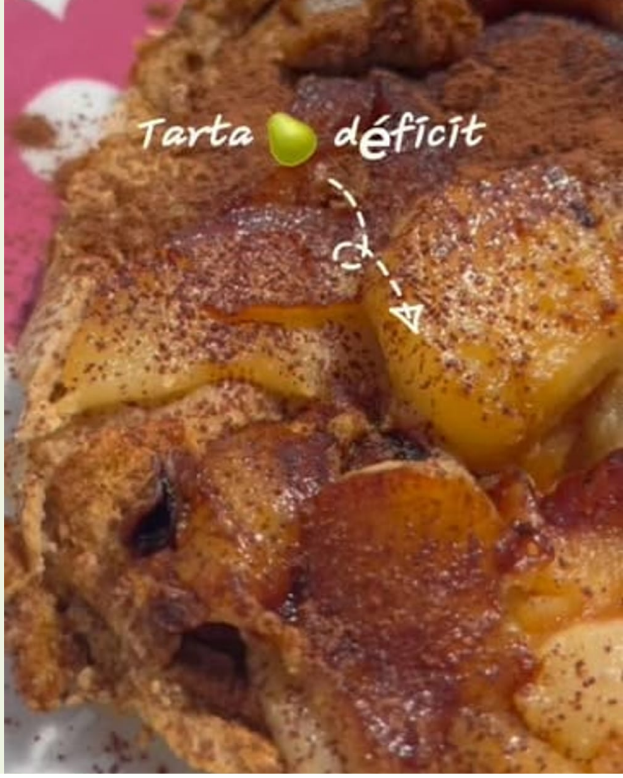
Dietista-nutricionista | Julia Gallego



POSTRES · VEGETARIANO

Tarta de pera en sartén

1 ración

Ingredientes

- Pera
- Avena
- Huevo
- Canela
- Jengibre
- Aceite de oliva

Elaboración

1. Corta una pera en rodajas
2. Mezcla el huevo, la avena, la canela y el jengibre hasta obtener una mezcla consistente
3. Mezcla todos los ingredientes
4. Pasa las láminas de pera por la sartén con un chorrito de aceite de oliva
5. Cuando estén tostadas, añade la mezcla
6. Cocina la mezcla en sartén a fuego medio, tapada, hasta que esté dorada
7. Da la vuelta a la tarta

RECOMENDACIONES

Ideal para un desayuno o merienda nutritiva y rápida. Se prepara sin horno.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Dietista-nutricionista | Julia Gallego
cooknest.app/@nutricion-juliaga · Instagram @nutricion.juliaga