Dietista-nutricionista | Julia Gallego



POSTRES · VEGETARIANO

Flan fit

20min · 1 ración · 293 kcal

Ingredientes

- **2** huevos
- Esencia de vainilla
- Leche entera
- Eritritol
- Mucha canela

POR RACIÓN

Proteínas	**19 g**
Grasas	**17 g**
Hidratos	**13 g**
Fibra	**1,6 g**

Elaboración

1. Batir dos huevos con esencia de vainilla, leche entera y eritritol
2. Añadir mucha canela
3. Llevar al baño María durante 15-20 min
4. Dejar enfriar

RECOMENDACIONES

Te recomiendo que uses alguna sirope zero para echarle por encima tipo caramelo que está de muerte.

Hecho con CookNest