

POSTRES · VEGETARIANO

Tiramisú exprés de albaricoque

10min · 4 raciones · 443 kcal

Ingredientes

- **500 gramos** de albaricoques
- **150 gramos** de bizcocho (el que más te guste)
- **200 gramos** de queso mascarpone
- **1** yogur natural (yo lo he puesto 0% materia grasa)
- **1 cucharada** colmada de mermelada de albaricoque sin azúcares añadidos
- **1** + 1/2 cucharaditas de tomillo seco
- Una pizca de sal
- **2** galletas de caramelo, canela o las que más te gusten

POR RACIÓN

Proteínas	**8,3 g**
Grasas	**29 g**
Hidratos	**42 g**
Fibra	**3,4 g**

Elaboración

1. Lavar los albaricoques, abrirlos por la mitad y quitar el hueso
2. Separar los albaricoques en dos mitades
3. Picar una mitad en trozos pequeñitos
4. Triturar la otra mitad y verterla sobre los trocitos de albaricoque
5. Añadir sal y tomillo, y mezclar
6. Desmigar el bizcocho
7. En un bol, poner el queso mascarpone, el yogur y la mermelada. Mezclar con unas varillas hasta que quede homogéneo
8. En vasos, montar el tiramisú poniendo una capa de fruta, bizcocho, fruta, crema de mascarpone, bizcocho, fruta, crema y decorar con tierra de galleta
9. Meter en el frigorífico para tomar fresquito

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas para el día a día con Javier Linde

cooknest.app/@recetasconjavier · Instagram @recetasconjavier