

Torta de manzana super nutritiva (y rica)

INGREDIENTES

4 Manzanas Verdes grandes (unos 400 g peladas y sin semillas)
2 Huevos
120 ml de Leche o bebida vegetal
30 g de Harina de avena
30 g de Almendra molida
Ralladura de limón
Canela molida 1 cucharadita y más para espolvorear
1 cta. de Levadura seca
Almendras para cubrir

PREPARACIÓN

Precalentar el horno a 180°C y engrasar con un poco de aceite un molde redondo de fondo desmontable, de unos 18-20 cm de diámetro, o forrar con papel antiadherente de hornear
Mezclar las manzanas ralladas con jugo de limón y disponer en un recipiente. Añadir todos los demás ingredientes y batir a velocidad baja. Una vez homogénea, llevar al molde y cubrir con almendras al gusto y más canela.
Hornear durante unos 40-45 minutos.



¡A disfrutar!

NUTRICIONISTA

📷 @LIC.LUCIANALASUS

WWW.LUCIANALASUS.COM