

**Creador:** Javier Alcalde **Recetizador:** karmela



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Baja en calorías

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Medio

**Descripción:**

## Ingredientes para 10 personas :

- 1 Yogurt natural desnatado
- 1 cucharada sopera de Queso batido desnatado 0%
- 1 cucharada sopera de Edulcorante líquido
- 6 cucharadas soperas de Salvado de avena
- 1 cucharada sopera de Café molido
- 1/2 sobre de Levadura en polvo
- 1 Huevo
- 2 Claras pasteurizadas
- 1 cucharada sopera de Leche en polvo desnatada

## Preparación:

### Paso 1

Batir el huevo con las claras. Añadir el edulcorante, el café y removemos. Agregar el resto de ingredientes y batir. Echar en un molde de silicona y meter al microondas a máxima potencia 5 minutos, lo sacamos le damos la vuelta y lo ponemos 4 minutos más.