

**Creador:** Monónimo



**Tiempo:** 1 hora

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

**Descripción:**

**Ingredientes para 4 personas :**

- 200 g de frutos rojos
- 4 yogures naturales
- 3 huevos
- 1/2 limón
- 3 cucharadas de miel
- 100 g de harina de trigo
- 2 cucharaditas de azúcar
- 100 g de azúcar glas
- 50 g de mantequilla
- Sal

**Preparación:**

## Paso 1

Precalentar el horno a 160° C. Mezclar los frutos con 2 cucharadas de miel, el azúcar y la sal. Poner papel de hornear sobre una bandeja y extender la mezcla. Hornear 30 min moviéndolos de vez en cuando. Reservar. Mezclar los yogures con 2 cucharadas de zumo de limón, 1 cucharada de miel y los frutos una vez fríos. Poner en moldes de silicona y congelar. Precalentar el horno a 200° C. Mezclar las 3 claras, la harina, el azúcar glas y la mantequilla. Con una espátula, extender porciones de la mezcla sobre una bandeja de horno forrada con papel. Hornear hasta que coja color. Desmoldar los polos y servir con los barquillos.