

Creador: Javier Alcalde



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.