

# MAGDALENAS PARA DIABETICOS RELLENAS DE YOGURT



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Mary Díaz



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Para diabéticos

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Muy económico

## **Descripción:**

ESTA RECETA ES DEL BLOG DE MI AMIGO DIAMANSE Y HE COGIDO LA RECETA Y LA HE HECHO, PERO YO LAS HE RELLENADO CON YOGURT NATURAL AZUCARADO 0 GRASAS.

## **Ingredientes para 6 personas :**

- 1 huevo
- 120 gr. de harina de fuerza
- 100 ml. de leche
- 5 gr. de aspartamo
- 1/2 sobre de levadura royal
- 1 sobre de natillas en polvo royal
- 1 cucharadita de canela en polvo
- Una pizca de sal
- 1 Yogurt natural azucarado 0 grasas

## **Preparación:**

### **Paso 1**

**Preparación:** Mezclamos por un lado los ingredientes sólidos (harina, levadura, sal, edulcorante, canela, y el sobre de natillas) y por otro lado los ingredientes líquidos (leche y huevo). Los juntamos los ingredientes sólidos y líquidos y mezclamos bien hasta obtener una pasta espesa. Repartimos esta pasta en seis moldes de magdalenas intentar que cada uno de los seis moldes lleve la misma cantidad de pasta más o menos, para que lleven la misma cantidad de carbohidratos cada uno. Se meten al horno a 180° y cuando veáis que están hechas las sacáis y las dejáis enfriar. Se mete el yogurt en un biberón de los de repostería se introduce la boquilla dentro de la magdalena y se rellena y se deja un poquito de yogurt fuera.