

# Bizcocho de frutos secos y crema de café Dukan



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

**Creador:** Javier Alcalde **Recetizador:** Anoqui



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Baja en calorías

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Medio

## Descripción:

## Ingredientes para 8 personas :

- 5 Huevos
- 4 cucharadas soperas de Salvado de avena
- 2 cucharadas soperas de Salvado de trigo
- 8 cucharadas soperas de Leche en polvo desnatada
- 3 cucharadas soperas de Queso batido desnatado 0%
- 1 Yogurt natural desnatado
- 2 cucharadas soperas de Edulcorante líquido
- 1 sobre de Levadura en polvo
- Unas gotitas de Aroma de nuez, cacahuete, avellana y pistacho
- 100 ml. de Leche desnatada
- 1 cucharadita de Leche en polvo desnatada
- 4 Caramelos de café S/A
- 2 cucharadas soperas de Edulcorante líquido

## Preparación:

### Paso 1

Primero realizaremos la crema. En un cazo echamos los caramelos, la leche y el edulcorante y los dejamos en el fuego hasta que se deshaga todo. En un poquito de leche echamos la maicena, la leche en polvo y removemos hasta que se disuelva bien. Lo echamos a la mezcla de los caramelos y lo dejamos en el fuego hasta que espese. Reservamos en la nevera.

### Paso 2

Seguidamente preparamos el bizcocho. Precalentamos el horno a 180 grados. En un bol montamos las claras a

*punto de nieve. Reservamos. En otro bol mezclamos el resto de ingredientes. Una vez estén mezclados añadiremos las claras con cuidado. Lo ponemos en un molde de silicona y lo metemos en el horno unos 30 minutos aprox. Una vez hecho dejamos dentro del horno con la puerta abierta hasta que se enfríe. Desmoldar y servir junto con la crema.*