

**Creador:** Javier Alcalde **Recetizador:** cristina ferrer



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Baja en calorías

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Medio

## Descripción:

## Ingredientes para 10 personas :

- 5 Huevos
- 4 cucharadas soperas de Salvado de avena
- 2 cucharadas soperas de Salvado de trigo
- 9,5 cucharadas soperas de Leche en polvo desnatada
- 3 cucharadas soperas de Queso batido desnatado 0%
- 1 Yogurt natural
- 2 cucharadas soperas de Edulcorante líquido
- 1 sobre de Levadura en polvo
- 10 gotitas de Aroma de manzana
- 1,5 cucharaditas de Leche desnatada
- 1 cucharadita de Esencia de vainilla

## Preparación:

### Paso 1

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. Para hacer la crema, echamos todos los ingredientes y mezclamos. Desmoldamos y decoramos al gusto con la crema.