

Yogur con Crema de Almendras y Manzana Verde



«Yogur con Crema de Almendras y Manzana Verde».
Ingredientes (para 4 unidades):

- 1 manzana Verde.
- 3 Cucharadas de Crema de Almendras.
- 2 Cucharadas de Sirope de Agave.
- 1 Cucharada de Aceite de Girasol.
- Media Cucharadita de Polvo de Manzana Horneada (de venta en Lidl).
- 2 Yogures de Cabra «Bio». (de venta en herboristerías y grandes superficies).



Lavamos, secamos y pelamos la manzana procurando hacer una espiral con la piel; una vez pelada, la cortamos en pequeños trocitos y a fuego alto la salteamos en una sartén antiadherente con el aceite de girasol. Cuando se haya dorado, bajamos la temperatura a fuego lento y cocinamos tapada durante 5 minutos. Le añadimos entonces la mitad del sirope y cocinamos un par de minutos más, mezclándolo bien la manzana. Reservamos sin tapar para que vaya enfriándose.

Con unas tijeras cortamos la espiral de piel en tiras finitas que enrollaremos haciendo una especie de ovillos que reservaremos para la decoración.

Mezclamos el resto del sirope con la crema de almendras y los yogures, batiéndolos a mano hasta tener los tres ingredientes bien integrados.

Dividimos la manzana cocinada en 4 porciones que repartiremos en cuatro vasitos de yogur de cristal (reciclados) y presionamos con una cucharilla para que se quede en el fondo de los mismos. Repartimos encima la crema de yogur, espolvoreamos con el polvo de manzana horneada y decoramos con el ovillito de piel de manzana.

Se pueden servir directamente o tapar con papel de aluminio y reservar en la nevera (aguantan hasta tres días).







