

TARTA DE YOGUR GRIEGO

 15 minutos 50 minutos 2 porciones

INGREDIENTES

- 50 gramos de crema de leche
- 2 unidades de huevo de gallina [100 g]
- 1 cucharada sopera colmada de fécula de maíz [23 g]
- 1 taza de yogur griego [240 g]
- 50 gramos de azúcar mascabado
- 1 cucharadita de aceite [5 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º En un bol colocamos el yogur griego. A continuación los huevos y mezclamos. Seguimos con la fécula de maíz y el azúcar. Volvemos a mezclar. Agregamos la crema de leche y el aceite. Mezclamos bien y en lo posible batir un poco con batidora para evitar grumos [de mano o eléctrica].
- 2º Llevamos a la heladera un rato para que la preparación este bien fría y mientras precalentamos el horno, 10 minutos a 180°C. Untamos un molde metálico o de silicón con un poco de manteca [esta evitará que la preparación se pegue y su desmolde sea fácil]. Hornear 40 minutos a 180° [el tiempo dependerá de cada horno, ir comprobando la cocción].
- 3º Si al introducir un cuchillo este sale seco la preparación esta lista. Dejar enfriar y agregar toppings.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (232 g)	% DDR
ENERGÍA	194 kcal	449 kcal	22 %
GRASA	12 g	27 g	42 %
GRASAS SATURADAS	3 g	6 g	30 %
COLESTEROL	120 mg	277 mg	92 %
SODIO	65 mg	150 mg	6 %
H. CARBONO	17 g	40 g	13 %
AZÚCARES	10 g	23 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	5 g	11 g	-