

## TORTITAS CON HARINA DE ALMENDRAS RYN

🕒 15 minutos  
🍴 4 porciones

### INGREDIENTES

- 100 gramos harina de almendras
- 120 gramos de queso para untar
- 4 unidades medianas de huevo de gallina, entero, crudo (200 g)
- esencia de vainilla
- 1/2 cucharada de postre de levadura
- mantequilla para la sartén
- 40g de eritritol

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º mezcla todos los ingredientes, si quieres con la batidora para que quede más uniforme
- 2º Calienta la sartén y engrasa con un poco de mantequilla
- 3º añade con un cazo cada tortita y cuando haga burbujitas le das la vuelta para cocinar por el otro lado.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (110 g)	% DDR
ENERGÍA	321 kcal	352 kcal	18 %
PROTEÍNA	15 g	16 g	32 %
H. CARBONO	3 g	3 g	1 %
AZÚCARES	1 g	2 g	2 %
GRASA	26 g	29 g	41 %
GRASAS SATURADAS	9 g	10 g	48 %
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	2 g	9 %
SODIO	317 mg	348 mg	14 %