

Besitos de nuez

4 porciones

Ingredientes

250 grms. de ricota descremada
1 cucharada de chocolate en polvo
4 nueces picadas
1 cucharada de avena crocante
1 y ½ cucharadas de
SUCRALIGHT POLVO
1 cucharadita de esencia de vainilla
1 cucharada de pasas de uva
1 cucharada de gelatina sin sabor
2 cucharadas de whisky

Elaboración

Calentamos el whisky hasta que hierva un par de minutos, y luego lo mezclamos con la ricota, chocolate en polvo, nueces, avena, **SUCRALIGHT POLVO**, esencia y pasas de uva. Espolvoreamos la gelatina sin sabor y mezclamos bien. Volcamos toda la preparación en molde rectangular, previamente mojado con agua fría. Ponemos en la heladera dos horas, retiramos y cortamos en rombos. Conservamos en la heladera hasta el momento de servir.



1 porción: 223 calorías

Glúcidos 15 g
Proteínas 6,7g
Lípidos 13 g
**Sin las calorías del whisky son 203*

