



3 RECETAS PARA CELIACOS

* TARTA DE MANZANAS



>> Ingredientes:

- 3 huevos
- 3 yogures naturales
- Azúcar 2 medidas del vaso de yogurt
- 4 cucharadas de harina Maizena
- 3 manzanas en trocitos.

>> Preparación:

Se batan todos los ingredientes incluidas las manzanas y después de untar un molde con mantequilla se añade la mezcla, adornando por encima con rodajas de manzana, Meter al horno durante 3/4 horas a 180°.

Después de sacar del horno se puede cubrir la superficie de la tarta con mermelada de albaricoco.

** CREMA PASTELERA

>> Ingredientes:

- 1 l. Leche entera o desnatada
- peladura de limón
- 1 barra de canela
- 200 gr. Azúcar
- 90 gr. almidón de maíz (Maizena)
- 2 huevos.



>> Preparación

Poner a hervir la leche con la peladura de limón y la canela.

Mientras tanto, y aparte, se mezcla el azúcar con el almidón. Se añaden los huevos y un poco de leche hervida y se mezcla bien. Volcar la mezcla sobre el resto de la leche y dejar que vuelva a hervir removiendo.

NOTA: Añadiendo mantequilla a la crema pastelera, obtenemos la crema catalana. Para medio litro de crema pastelera, añadir 50 gr de mantequilla. Servir la crema en una cazuela de barro espolvoreada con canela en polvo y azúcar.



*** PANQUEQUES

>> Ingredientes:

- 1 huevo
- 1 taza de harina de maiz
- 1/2 taza de arroz
- 1 taza de leche
- 1 cucharada de aceite
- Sal

>> Preparación:

Batir los huevos con el aceite, la sal, agregando las dos harinas de a poco, alternando con la leche, mezclar y batir muy bien con batidor o batidora eléctrica, hasta obtener una crema. Realizar los panqueques como de costumbre.