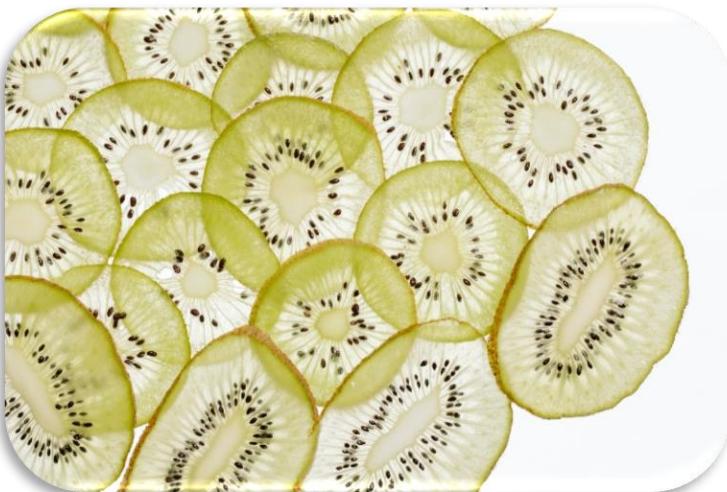


TARTA DE KIWI



INGREDIENTES

- 1 lámina de masa de hojaldre
- 300 ml leche
- 30 g harina de maíz
- 2 huevos
- 1 yema de huevo
- 3 cucharadas de miel
- 10 gotas esencia vainilla
- 4 kiwis



ALÉRGENOS



ELABORACIÓN

1. Calentar en un cazo la leche con la miel.
2. En un cuenco batir los huevos y la yema y añadir la esencia de vainilla.
3. Añadir al cuenco la harina tamizada. Mezclar bien hasta que quede homogénea.
4. Antes de que la leche rompa a hervir, añadir la mezcla del cuenco, muy poco a poco sin dejar de remover con varillas de batir.
5. Cocinar a fuego lento durante 10 min. sin dejar de remover hasta que espese. Cuando empiece a hervir seguir cocinando 2 min.
6. Dejar enfriar.
7. Hornear el hojaldre según indicaciones del fabricante. Meter en el horno poniendo peso en el centro para que no suba, por ejemplo unos garbanzos.
8. Una vez horneado el hojaldre, poner crema pastelera y encima kiwi laminado.

alimentación
consciente.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Por ración	energía	hidratos de carbono	azúcares	grasas	grasas saturadas	proteínas	fibra	sal
	243 Kcal	25,3 g	10,8 g	12,9 g	4,7 g	5,4 g	1,7 g	0,6 g

NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Adapta esta receta con la fruta de temporada que más te guste.

CONSEJOS CONSCIENTES

- El kiwi es una gran fuente de vitamina C y fibra.