

CHEESECAKE DE CAQUI



| Fácil



| 45 min.



| 8 raciones



| 1,95 €/ración

INGREDIENTES

10 galletas del tipo tostada
2 c. p. de mantequilla
4 caquis muy maduros
400 g queso ricota
4 hojas de gelatina
2 c.s. de miel
1 c. p. zumo de limón
Canela
Hierbabuena



ALÉRGENOS



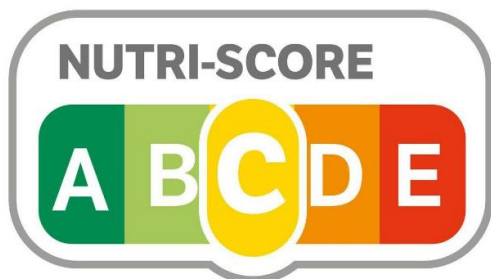
ELABORACIÓN

1. Triturar muy bien las galletas y mezcla mantequilla derretida hasta generar una masa. Dispone la mezcla uniformemente como base en un molde desmontable.
2. Colocar las hojas de gelatina en agua fría de remojo.
3. Lavar muy bien los caquis con piel. Colocar los caquis, el zumo de limón en una licuadora hasta obtener una pulpa. Llevar al fuego la mezcla, pero sin hervir. Juntar las hojas de gelatina y remover hasta que se disuelvan.
4. Batir el ricotta con la miel y adicionar al puré.
5. Llevar a refrigerar hasta solidificar (tiempo mínimo 4 horas.)
6. Después de desmoldar espolvorear con canela y las hojas de hierbabuena.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	energía	hidratos de carbono	azúcares	grasas	grasas saturadas	proteínas	fibra	sal
Por ración	275 kcal	35 g	15,5 g	13,8 g	4,9 g	8,5 g	1,5 g	84 mg

NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

La temporada de caqui suele ser esencialmente el mes de diciembre. Siendo un alimento de temporalidad tan corto el ideal es poder guardar este fruto congelado sobre la forma de puré para poder utilizar al largo del año.

CONSEJOS CONSCIENTES

El caqui es una buena fuente de vitamina A y C.