



Dificultad:
Baja



Porciones:
12



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

Energía:	204 Kcal
Proteínas:	3.9 g
Grasa Total:	2.1 g
Colesterol:	12.0 mg
H. de Carbono:	43.5 g
Fibra Dietética:	1 g
Sodio:	40 mg

MOTE CON LECHE Y RAGOUT DE HUESILLOS

Ingredientes

- 1 Lt de Agua
- 1 Tarro de leche condensada NESTLÉ® (397 g)
- 1 Cucharada de ralladura de naranja y limón
- 1 Ramita de canela
- ½ Kg de Mote cocido
- 6 Huesillos remojados del día anterior
- ½ Taza de azúcar granulada
- ¼ Taza de agua

Preparación

1.- En una cacerola junta el agua indicada con la leche condensada NESTLÉ®, añade las ralladuras y la rama canela. Lleva a fuego medio y revuelve hasta unificar bien el agua con la leche. Una vez que tome temperatura añade el mote y cocina durante 20 a 30 minutos revolviendo de vez en cuando hasta cocer completamente. Una vez cocido, retira del fuego y deja enfriar, reserva.

2.- Aparte, corta el huesillo previamente hidratado en agua en trozos pequeños. Luego, junta en una cacerola la azúcar granulada con el agua indicada y prepara un almíbar, hiere durante 2 a 3 minutos a fuego bajo hasta que la burbuja del almíbar esté más espesa.

3.- Añade el huesillo cortado y cocina durante 5 a 7 minutos hasta alcanzar una textura levemente compacta parecida a una salsa pero más espesa. Retira del fuego y deja enfriar. Una vez listo y ambas preparaciones frías, sirve en pocillos individuales por separado pero una al lado de otra.

Recuerda que la porción sugerida es un pocillo o copa de 70 a 90 ml.

Esta receta rinde 12 porciones.