CRUMBLE DE PERAS Y FRAMBUESAS CON AVENA

Dificultad: Baja

Porciones: 8

Tiempo: 35 minutos

Ingredientes

5 Peras medianas

150 g de frambuesas

3 Yoghurt batido sabor frutilla NESTLÉ®

3 Huevos

¼ Taza de azúcar

¼ Taza de harina integral

½ Taza de avena

100 g de almendras partidas

1 Cucharadas de miel

Preparación

1.- Pela y parte en dos la peras, retira su centro y corta en delgadas láminas y déjalas a un lado un par de minutos. Aparte, junta en un bowl el yoghurt batido sabor frutilla NESTLÉ® con los huevos, bate hasta homogenizar todos los ingredientes.

2.- Forma una primera capa con las peras en láminas sobre la base de un molde mediano apto para horno y previamente enmantequillado. Vierte un poco de la mezcla de yoghurt con huevos. Repite el procedimiento hasta acabar con ambas preparaciones. Finaliza acomodando en la superficie las frambuesas por todos lados.

3.- Aparte, junta en otro bowl el azúcar con la harina integral y la avena con las almendras partidas. Agrega la miel poco a poco removiendo constantemente hasta formar migas irregulares, si falta puede agregar un poco más de miel hasta conseguir el resultado.

4.- Cubre la budinera con todas estas migas y lleva a horno pre calentado a temperatura media alta, hornea durante 20 minutos o más hasta cuajar la preparación y dorar levemente la superficie. Retira del horno y deja enfriar para finalmente refrigerar y servir cuando gustes.

Información Nutricional

Energía:	280 Kcal
Proteinas:	8.1 g
Grasa Total:	8.9 g
Colesterol:	80 mg
H. de Carbono:	43.6 g
Fibra Dietética:	6,2 g
Sodio:	66 mg