



Dificultad:
Baja



Porciones:
8



Tiempo:
25 minutos

Información Nutricional

Energía:	263 Kcal
Proteínas:	1.2 g
Grasa Total:	10.5 g
Colesterol:	30 mg
H. de Carbono:	37.0 g
Fibra Dietética:	2,8 g
Sodio:	14 mg

PERAS POCHADAS CON CREMA DE JENGIBRE

Ingredientes

- 4 Peras medianas
- 1 Taza de vino tinto
- 2 Tazas de agua
- 1 Taza de azúcar granulada
- 1 Ramita de canela
- 1 Cascara de naranjas
- 1 Cucharada colmada de maicena
- 1 Tarro grande de crema NESTLÉ® (236 g)
- 1 Cucharada de azúcar flor
- ¼ Cucharadita de ralladura de jengibre fresco o

Preparación

1.- Pela las peras y pártelas por la mitad a lo largo, idealmente manteniendo su brote. Déjalas en una olla con el vino tinto y el agua indicada. Añade el azúcar con la canela y la cáscara de naranjas. Lleva a fuego medio-alto y cocina durante 20 a 30 minutos hasta dejarlas bien teñidas y al dente.

2.- Una vez lista, retira las peras de la olla y déjalas a un lado. Agrega la maicena disuelta en un poco de agua a la olla y espera que hierva nuevamente y espese levemente si dejar de remover.

3.- Introduce las peras nuevamente y espera a que la mezcla enfríe. Aparte, mezcla la crema NESTLÉ® con la azúcar flor y la ralladura de jengibre. Una vez frías las peras, sírvelas acompañadas con la salsa y un toque de la crema recién preparada.

Nota

Puedes reemplazar la ralladura de jengibre por ralladura de limón.