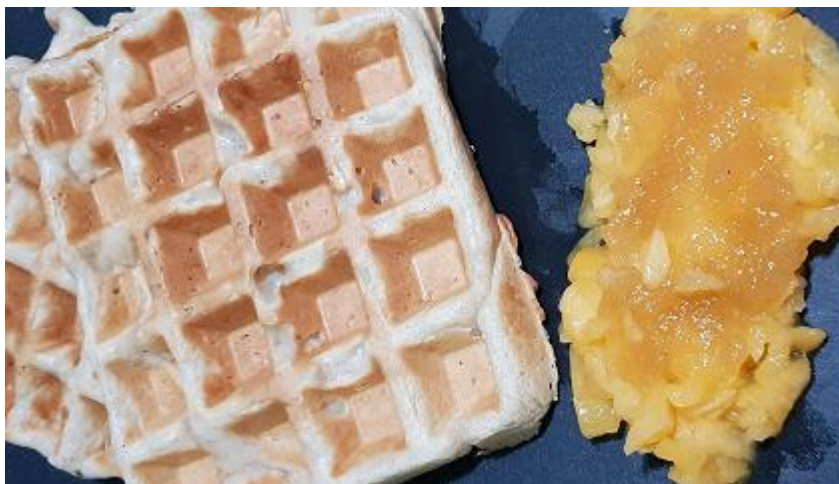


Gofres de avena con melocotón y mermelada light



Ingredientes

150 gr de harina

50 gr de maicena

5 gr de levadura fresca de panadería

1 pellizco de sal

½ sobre de bolero de vainilla

50 gr de copos de avena finos

250 gr de leche desnatada

1 cta de miel

2 ctas de aceite de girasol

1 melocotón en trozos

1 cda de mermelada ligth

Personas: 8

Tiempo total: 32 min

Preparación: 2 min

Cocinado: 30min

Dificultad: media

Preparación

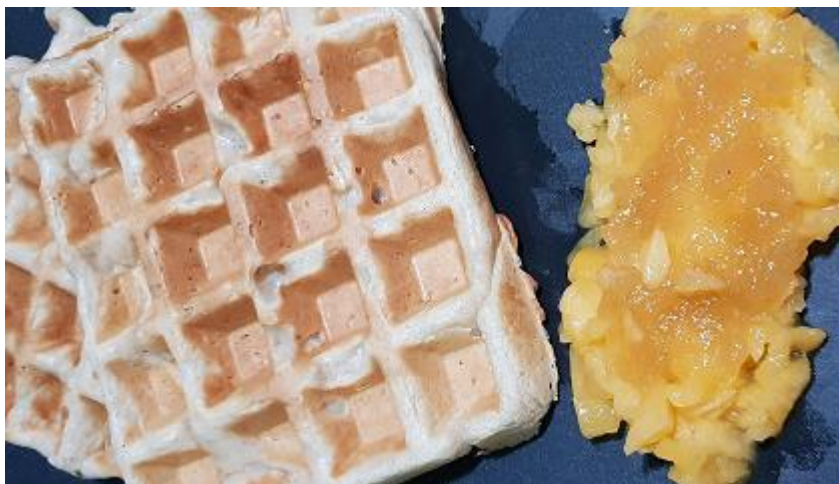
Ponga la harina, la maicena, copos de avena, la levadura, el ½ sobre de bolero, la leche desnatada, la cta de mie, la sal l y el aceite y bata con la túrmix o con el turbo max de tupperware durante unos segundos hasta conseguir una masa homogénea.

Deje reposar 15 minutos. Coloque la masa en moldes para gofres e introduzca en el horno a 200 grados durante 30 minutos

Pique el melocotón en trozos pequeños y extienda por encima del gofre junto a una cta de mermelada de melocotón ligth

Nota,- También puede acompañar con siropes de sabores 0%(cereza, fres, caramelo,chocolate blanco, chocolate negro) de TuPesoSano.

Gofres de avena con melocotón y mermelada light(thermomix)



Ingredientes

150 gr de harina

50 gr de maicena

5 gr de levadura fresca de panadería

1 pellizco de sal

½ sobre de bolero de vainilla

50 gr de copos de avena finos

250 gr de leche desnatada

1 cta de miel

2 ctas de aceite de girasol

1 melocotón en trozos

1 cda de mermelada ligh

Personas: 8

Tiempo total: 32 min

Preparación: 2 min

Cocinado: 30min

Dificultad: media

Preparación

Ponga la harina, la maicena, copos de avena, la levadura, el ½ sobre de bolero, la leche desnatada, la cta de miel, la sal y el aceite en el vaso del thermomix y programe 20 seg/vel3.

Deje reposar 15 minutos. Coloque la masa en moldes para gofres e introduzca en el horno a 200 grados durante 30 minutos

Pique el melocotón en trozos pequeños y extienda por encima del gofre junto a una cta de mermelada de melocotón ligh

Nota,- También puede acompañar con siropes de sabores 0%(cereza, fres, caramelo,chocolate blanco, chocolate negro) de TuPesoSano.