



TIRAMISÚ RÁPIDO Y FÁCIL

Ingredientes

- Queso fresco batido (500g)
- Clara de huevo (220g)
- Harina de avena (100g)
- 1 huevo
- Cacao en polvo
- Café
- Endulzante (sucralosa, stevia...)
- AOVE o Aceite de coco

Elaboración

BIZCOCHO

1. Montar las claras de huevo a punto de nieve.
2. Añadir un huevo entero y volver a montar.
3. Añadir endulzante al gusto.
4. Añadir la harina de avena, poco a poco, con movimientos envolventes, para evitar que se baje el punto de nieve.
5. Engrasar un molde con AOVE o aceite de coco.
6. Verter la mezcla, de forma que la masa tenga 2-3 dedos de altura.
7. Hornear 25 minutos, arriba y abajo, a 175 grados.
8. Dejar enfriar y abrir en dos, cortando en dos mitades.

CAFÉ

9. Preparar 200-250ml de café (normal o descafeinado). Dejar enfriar.

RELLENO

10. Mezclar el queso fresco batido con endulzante (cantidad al gusto) y remover bien.
11. Se puede reemplazar el queso fresco batido por un yogur natural tipo griego, pero es importante que sea bastante espeso.

MONTAJE

12. Impregnar la base del bizcocho, añadiendo café por toda la superficie con una cuchara. El truco es que el bizcocho quede muy humedecido.
13. Añadir sobre esta base de bizcocho la mitad del queso fresco batido dulce y esparcir por toda la superficie, creando una capa uniforme.
14. Colocar la tapa del bizcocho encima e impregnar de café, repitiendo el procedimiento anterior.
15. Añadir la mitad restante de queso fresco batido y esparcir, de nuevo, hasta lograr una capa uniforme.
16. Tamizar cacao en polvo, por toda la superficie, para decorar

TIRAMISÚ RÁPIDO Y FÁCIL

Ingredientes

- Queso fresco batido (500g)
- Clara de huevo (220g)
- Harina de avena (100g)
- 1 huevo
- Cacao en polvo
- Café
- Endulzante (sucralosa, stevia...)
- AOVE o Aceite de coco

Elaboración

BIZCOCHO

1. Montar las claras de huevo a punto de nieve.
2. Añadir un huevo entero y volver a montar.
3. Añadir endulzante al gusto.
4. Añadir la harina de avena, poco a poco, con movimientos envolventes, para evitar que se baje el punto de nieve.
5. Engrasar un molde con AOVE o aceite de coco.
6. Verter la mezcla, de forma que la masa tenga 2-3 dedos de altura.
7. Hornear 25 minutos, arriba y abajo, a 175 grados.
8. Dejar enfriar y abrir en dos, cortando en dos mitades.

CAFÉ

9. Preparar 200-250ml de café (normal o descafeinado). Dejar enfriar.

RELLENO

10. Mezclar el queso fresco batido con endulzante (cantidad al gusto) y remover bien.
11. Se puede reemplazar el queso fresco batido por un yogur natural tipo griego, pero es importante que sea bastante espeso.

MONTAJE

12. Impregnar la base del bizcocho, añadiendo café por toda la superficie con una cuchara. El truco es que el bizcocho quede muy humedecido.
13. Añadir sobre esta base de bizcocho la mitad del queso fresco batido dulce y esparcir por toda la superficie, creando una capa uniforme.
14. Colocar la tapa del bizcocho encima e impregnar de café, repitiendo el procedimiento anterior.
15. Añadir la mitad restante de queso fresco batido y esparcir, de nuevo, hasta lograr una capa uniforme.
16. Tamizar cacao en polvo, por toda la superficie, para decorar