

Actividad
48:

TARTA DE QUESO SIN AZÚCAR

OBJETIVOS

- Concienciarse sobre la ingesta de azúcar diaria
- Tener en cuenta opciones dulces pero saludables

DURACIÓN

Entre 40 y 50 minutos aproximadamente

EDAD ADECUADA

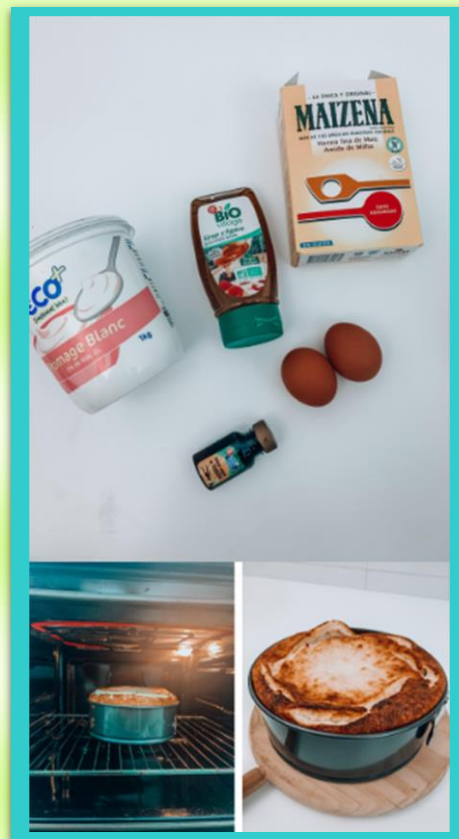
Actividad orientada para niñ@s a partir de 8 años

MATERIAL

- 2 huevos
- 2 cucharadas de maicena
- 2 cucharadas de esencia de vainilla
- 1 kilo de queso fresco batido 0% materia grasa
- Ralladura de limón al gusto (con medio limón es suficiente)
- Sirope de agave al gusto

DESARROLLO

1. En primer lugar, vamos a precalentar el horno a 160°.
2. A continuación, pondremos en un bol el queso fresco batido y lo mezclamos muy bien con la maicena, los huevos y la esencia de vainilla.
3. Después, añadiremos la ralladura de ½ limón para que tenga más sabor.
4. Finalmente, añadiremos endulzante al gusto (podéis utilizar mínimo 4 o 5 cucharadas de sirope de agave, y si no tenéis, podéis sustituirlo por miel) y lo pondremos en un molde.
5. Por último, lo meteremos en el horno durante 1 hora a 160°
- 6.



ESPERO QUE OS
GUSTE