

12 pzas.

Ingredientes:

1 taza harina todo uso.

½ taza harina integral.

1 cdta. Canela molida.

½ cdta. Sal.

1 huevo.

½ taza leche Light.

¼ taza margarina derretida.

1 taza manzana pelada y picada.

1/3 taza nuez picada.

8 sobres de splenda

1 1/2 cdta polvo de hornear

HORNO PRECALENTADO 200° C.

Preparación

-mezcle la manzana con splenda y canela. Reserve.

-mezcle y cierna a la vez los polvos.

-ahí mismo agregue el huevo, leche y mantequilla, revuelva bien.

-mezcle en forma envolvente la manzana a la mezcla anterior, integre bien.

-vacíe a capacillos y espolvoree nuez picada.

-hornee durante 15 ó 20 min.

Si el conteo calórico se lo permite, adorne con un copo pequeño de crema batida vegetal y sin azúcar.