

ROMPOPE BAJO EN CALORÍAS

Ingredientes:

- 3.5 tazas de leche (2% grasa)
- 1 lata de leche evaporada (0% grasa)
- 48 gotitas de Natuvia líquido
- 5 yemas de huevo
- Canela en astilla
- 2 cdas de almidón de maíz
- 1 cdita de nuez moscada

Preparación:

- 1- Mezclá la leche evaporada con las 3 tazas de leche (guardá por aparte 1/2 taza), adicioná la canela en astilla.
- 2- Poné a fuego medio hasta que hierva. Apagá del fuego y dejá reposar.
- 3- Licuá las yemas con la 1/2 taza de leche, las 2 cucharadas de almidón de maíz, la nuez moscada y el Natuvia líquido.
- 4- Colocá nuevamente las leches a fuego medio, revolvé constantemente.
- 5- Agregá poco a poco la mezcla de yemas, sin dejar de revolver hasta que cambie la consistencia y listo.

