

QUEQUE DE ZANAHORIA EN EL MICROONDAS

Ingredientes:

- 1 huevo
- 30 ml de bebida vegetal o leche
- 2 cdas de zanahoria rallada de forma fina
- 2 cdas de harina de almendras
- 1 cda de avena molida
- 1 cdta de canela
- 1 sobre de Nativia con Probióticos
- 1 cdta de polvo de hornear
- 1/2 cdta de nuez moscada

Preparación:

1. En una taza o tazón apto para microondas, mezclá todos los ingredientes en el siguiente orden: primero el huevo, luego la bebida vegetal o leche, la zanahoria rallada, la harina de almendras, la avena molida, la canela, el sobre de Nativia con Probióticos, el polvo de hornear y por último, la nuez moscada.
2. Colocá la mezcla en un microondas por 90 segundos.
3. Opcional: agregá topping de 2 cdas de yogurt griego encima con 1 cda de almendras rebanadas.