



## Pan de pascua light

### Ingredientes

- 2 tazas de harina
- 1 cucharada sopera de margarina light
- 1/3 taza de nueces
- 1/3 taza de almendras
- 3/4 taza de sucralosa en polvo
- 1/2 taza de manzanas deshidratadas (opcional)
- 1 cucharadita de jengibre en polvo
- 1/2 taza de leche descremada
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de nuez moscada
- 1 cucharada sopera de polvos de hornear
- 1 huevo
- 1 cucharadita de canela en polvo

### Preparación

- Mezcle los ingredientes secos: la sucralosa, la harina, los frutos secos triturados (nueces y almendras), los polvos de hornear, la nuez moscada y el jengibre molido.
- Aparte, separe la yema de la clara y mezcle la yema con la margarina y la leche.
- A continuación, bata la clara a punto nieve (un punto antes que el merengue).
- Agregue los ingredientes secos a la mezcla de yema de huevo, margarina y leche. Esto se realiza con la batidora, incorporando lentamente la mezcla seca. Finalmente se agrega la vainilla.
- Cuando la mezcla esté lista, incorpore el merengue a punto de nieve con movimientos envolventes.
- El molde debe estar con un poco de aceite y harina para que no se pegue la mezcla.
- Ponga la mezcla en el molde e introduzca al horno entre 30 a 40 minutos a 180 grados aproximadamente.
- Retire del horno y deje enfriar por 10 minutos para que salga de manera más fácil.

### Información nutricional

1 porción

Energía (Kcal)	142
Proteínas (g)	4,8
Lípidos (g)	4,2
Colesterol (mg)	14,2
Hidratos de Carbono (g)	21,7
Sodio (mg)	43,6
Índice Glicémico (IG)	Medio



15 porciones



Nivel: Medio



40 minutos