



REPOSTERÍA

Sorbete de Manzana y Peras



1 porciones



Nivel: Fácil



40 minutos

Ingredientes

- 100 grs de manzanas verdes peladas, sin semillas y cortadas
- 100 grs de peras peladas, sin semillas y cortadas
- 1/3 cáscara de limón
- 1 unidad pequeña de canela
- 1/3 taza de jugo de limón
- 3/4 cucharada de sucralosa

Información nutricional

1 porción

Energía (Kcal)	140
Proteínas (g)	0,9
Lípidos (g)	0,7
Colesterol (mg)	0
Hidratos de Carbono (g)	34
Sodio (mg)	4
Índice Glicémico (IG)	Bajo

Preparación

- En una olla disponer las manzanas, peras, cáscara de limón y canela, cubrir con agua y cocinar a fuego medio y tapado por 6 a 8 minutos o hasta que la fruta esté tierna.
- Retirar la cáscara, la canela y procesar la fruta junto al jugo de limón hasta que tenga la textura de un puré.
- En otra olla colocar la sucralosa junto a 1/3 taza del líquido de cocción de las peras y manzanas. Llevar hasta ebullición y cocinar por 1 minuto o hasta que la sucralosa se disuelva, retirar del fuego y agregar el puré de fruta preparado y mezclar bien.
- Colocar el puré en un recipiente y llevar a congelar por 2 horas o hasta que la mezcla comience a congelarse por las orillas, retirar del congelador y batir o procesar para romper los cristales del hielo, volver el puré al recipiente y congelar. Repetir este proceso por 3 veces.
- Colocar el sorbete en un envase hermético a congelar por aproximadamente 4 horas.
- Servir.