

NATILLAS



Ingredientes para 4 comensales

Para el Flan:

Leche: 500 ml
 Huevos: 360 g (6 u.)
 Azúcar: 250 g
 Piel de Limón: 1 cucharada sopera

Caramelo:

Azúcar: 50 g
 Agua: 10 ml

Para las natillas:

Flan: 400 g
PediaSure Drink-Sabor vainilla: 200 ml (1 botellita)
 Caramelo líquido
 Neules o barquillos: 3 u.

Preparación

1. Calentar la leche con el azúcar y la piel de limón. Enfrir y mezclarlo bien con los huevos.
2. Hacer un caramelo y cubrir la base del molde. Llenar con la mezcla y cocer al baño maría o al microondas. Reservarlo en la nevera
3. Triturar el flan con el **PediaSure Drink-Sabor vainilla**. Debe quedar una natilla bien cremosa.
4. Servir en un recipiente de crema catalana y salsearlo con caramelo líquido. Coronar el postre con las Neules o los barquillos

Opciones y características

- El flan se puede sustituir por los flanes industriales.
- En una relación de 3 partes de flan por 1 de PediaSure Drink conseguimos una crema pastelera que nos puede servir para elaborar pasteles con más cuerpo.
- Si a la receta de Natillas le añadimos unos 20 g de chocolate conseguimos unas Natillas de chocolate.

Valoración nutricional	4 comensales	1 comensal
Energía	825,81kcal	206,45 kcal
Proteínas	25,86 g	6,47 g
Lípidos	25,21 g	6,30 g
Hidratos de Carbono	123,69 g	30,92 g