

BIZCOCHO DE YOGUR Y LIMÓN



Ingredientes para 9 personas

- ✓ 3 huevos
- ✓ 1 yogur
- ✓ 250 gramos de azúcar blanco
- ✓ 125 gramos de aceite de girasol
- ✓ 1 limón
- ✓ 240 gramos de harina sin gluten
- ✓ 15 gramos de levadura

Preparación

- 1) Batir hasta espumar bien los huevos. Añadir el yogur y el azúcar.
- 2) Seguir batiendo e incorporar el aceite de girasol y la ralladura y el zumo de limón.
- 3) Incorporar 240g de harina sin gluten y la levadura.
- 4) Hornear a 175°C unos 30 minutos. Pinchar con un palillo para asegurar que sale seco antes de retirar del horno.

Valor nutricional (por ración)

Valor energético: 361,47 Kcal.; Proteínas: 3,50 g; Hidratos de carbono: 50,29 g; Grasas: 16,02 g;

Comentarios

Bizcocho básico en el que se utilizan grasas saludables provenientes del aceite de girasol, rico en omega 6, en vez de las saturadas de la mantequilla.

Una opción de presentación puede ser espolvorear un poco de azúcar glass por encima del pastel junto con un par de hojas de menta.