

# TARTA DE MANZANA

## Lista de INGREDIENTES

Pasta hojaldre	500 gramos
Manzana verde	5 piezas
Splenda	24 sobrecitos
Mantequilla derretida	50 gramos
Agua	50 ml
Harina	3 cucharaditas
Vainilla	1 cucharadita
Canela molida	4 piezas
Nuez moscada (opcional)	¼ cucharadita



## Modo de PREPARACIÓN

- 1.- Pelar las manzanas y picar en ½ rodajas.
- 2.- Precalentar el horno a 200°C.
- 3.- En un sartén a fuego lento, derretir la mantequilla, incorporar el harina y revolver hasta formar una pasta.
- 4.- Añadir el agua, el splenda, la canela, la nuez moscada, el extracto de vainilla y revolver.
- 5.- Añadir las rodajas de manzana, cocinar a fuego bajo durante 5 minutos y retirar del fuego.
- 6.- Forrar un molde con la pasta de hojaldre (capa delgada).
- 7.- Verter el relleno en el molde y forrar con tiras de pasta hojaldre (formar una red).
- 8.- Barnizar con huevo y hornear durante 60 min a 180°C.

## Tips NUTRICIONALES

- Consuma una rebanada pequeña.
- Evite alimentos ricos en potasio.
- Sustituya azucar refinada por Splenda.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Energía (kcal)	Potasio (mg)	Azúcar (mg)	Sodio (mg)
ALTO	BAJO	BAJO	BAJO

