

Torta veraniega



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 30min , Tiempo de cocción: 50min

Tiempo total: 1 hrs. 20min , Número de porciones: **8**

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Daniela

Url: <https://srecetas.es/torta-veraniega>

Preparación

Ralle el calabacín o mézclelo en puré. En un tazón mezcle harina, levadura, cacao y proteínas (se puede reemplazar por harina, coco, más cacao, etc.).

Bata las claras de huevo y mezcle las yemas en la masa junto con el calabacín. Endulce (la proteína también es dulce, así que si la omite, endulce la masa según sea necesario) y finalmente mezcle la nieve de las proteínas.

Hornee la masa en un horno precalentado a 180 °C durante aproximadamente 30 minutos. Después de hornear, deje que el cuerpo se enfríe, lubrique con requesón (que endulza según su gusto). Finalmente, prepare una capa de fruta: hierva la fruta (se puede usar cualquiera) y mézclela en puré con una batidora.

Prepare la gelatina de acuerdo con las instrucciones y mézclela con puré de frutas, que vertimos inmediatamente sobre el pastel. Lo mejor es dejarlo en la nevera hasta el día siguiente.

▣ **Tip para la receta**

Valores nutricionales: 1680 kcal, 54.0g carbohidratos, 37.0g grasas, 113.0g proteínas

Ingredientes

- 40 gramo/s Proteína de chocolate
- 500 gramo/s Requesón desengrasado
- 500 gramo/s Fresas-Frutillas
- 1 paquete/s Gelatina
- 4 unidad/es Huevo
- 160 gramo/s Harina de espelta
- 200 gramo/s Calabacín
- 30 gramo/s Cacao
- 1 paquete/s Levadura de polvo

Categorías

Cumpleaños, Reducida en calorías, Verano, Postre, Dulces

