

RECETA DE SEMANA SANTA

TORRIJAS LIGERAS



Dulce especial de estas fechas en una versión más ligera con menos calorías (evitamos freírlas en aceite)

Torrijas ligeras:

Ingredientes:

- Una barra de pan del día anterior (cortado en rebanadas de 1 cm de grosor)
- 1 litro de leche
- 2 huevos
- Piel de 1 limón
- Canela en rama 2
- Canela molida 2 cucharadas

- 200gr. De miel
- Agua ½ vasito
- Azúcar y canela para expolvorear

Preparación:

Hervimos la leche con la piel del limón, la canela en rama y dejamos infusionar la mezcla mientras se enfría (cuanto más rato lo dejamos más aromatizado estará)

Preparamos las rodajas del pan y las sumergimos en la leche empapando por ambos lados y después las pasamos por los huevos batidos y las vamos colocando en una fuente de horno que previamente habremos puesto una hoja de papel vegetal.

Metemos la bandeja en la parte alta del horno que habremos precalentado a 200 grados en modo grill.

Mientras tanto ponemos la miel con el agua en un cazo y dejamos unos minutos para que se haga un almíbar ligero.

Cuanto estén doradas las torrijas por un lado se les da la vuelta para que se doren también por el otro. (10 minutos por cada lado aproximadamente).

Las sacamos del horno las empapamos con el almíbar y espolvoreamos con azúcar y canela.

¡Buenisimas!!!! sin renunciar a la tradición

Buen provecho.