

Pudin de yogur con pasas

Descripción

Esta receta es de Eva Arguiñano. Cereal, huevos y lácteos son los ingredientes que deben estar presentes en todo desayuno y merienda. Este tipo de postres, que apenas llevan grasas, son recomendables en **dietas de adelgazamiento** para esas personas que necesitan dulce en su dieta, siempre que la ración sea moderada, claro.

Me parece un postre muy fácil y rápido de hacer.



Ingredientes: (Para cuatro o seis personas).

- * 3 huevos.
- * 5 cucharadas soperas de azúcar.
- * 2 yogures naturales.
- * 100 gr de queso de untar. El que mas os guste, yo he puesto Filadelfia.
- * 25 gr de pasas.
- * 1 y 1/2 cucharada sopera de maicena.
- * 1 cucharada de postre de canela. Se puede suprimir.
- * Mantequilla y harina para untar el molde. Si es de silicona no es necesario.
- * Ron para remojar las uvas.

Preparación:

Ponemos a remojar las uvas pasas en un poco de ron y reservamos.

Untamos el molde con mantequilla y espolvoreamos de harina. Esparcimos bien y retiramos lo sobrante.
Reservamos.
Precalentamos el horno calor arriba y abajo, 180°C.



Colocamos los huevos, 4 cucharadas de azúcar, los yogures, el queso de untar y la maicena en un recipiente donde lo podamos batir con la batidora.
Trituramos todo y vertemos la mezcla en el molde.



Escurremos las pasas, secamos, las pasamos por la cucharada de azúcar restante y las añadimos a la masa.



Espolvoreamos la canela y removemos la mezcla. Metemos en el horno a 180°C, durante 25-35 minutos.



Sacamos, dejamos templar y desmoldamos.



Consejo: Como me parecía poca cantidad, lo he hecho con el doble de ingredientes y el tiempo de horno son unos 50 minutos. Para que las pasas se hidraten es interesante remojarlas antes de agregarlas al pudin. Pod is hacerlo con agua, t  o licor. Lo dejo a vuestra elección.

Categoría

1. Postres

Fecha de creación

mayo 1, 2015

Autor

admin