

Tiramisú Fit.



Tiempo de
preparación

30 min.

Porciones

4

Ideal para

Postres

Nivel

Fácil

Ingredientes

- 20 Claras de Huevo San Juan.
- 1 Huevo San Juan.
- 250 gramos de harina de avena.
- 2 cucharadas de canela en polvo.
- Endulzante natural (te recomendamos Stevia).
- 1 yogurt griego o 0% grasa.
- 120 gramos de queso fresco 0% grasa.

- 1 sobre de levadura.
- 2 tazas de café preparado.
- Cacao en polvo.
- Aromas de Tiramisú o Mascarpone.

Preparación

- Para preparar el bizcocho, vertimos en un bowl las Claras de Huevo San Juan, el Huevo San Juan, la harina de avena, el yogurt y 4 cucharadas soperas de Stevia.
- Precalentamos el horno a 180 grados antes de empezar a batir.
- Al tener una masa homogénea, añadimos la levadura, la canela y vertemos el contenido en un molde para horno.
- Cuando el horno esté a punto, ponemos el molde con la masa a 180°C. durante al menos una hora.
- Una vez horneado, dejamos enfriar el bizcocho a temperatura ambiente durante unos minutos. Cuando esté frío, lo cortamos de manera horizontal en tres o cuatro pisos.
- Para lograr el sabor de café tan característico del tiramisú, vertemos en una bandeja las 2 tazas de café caliente. Vamos empapando los pisos del bizcocho.
- En el vaso batidor, ponemos el queso fresco con los aromas y batimos hasta

conseguir una masa cremosa.

- En cada una de las rebanadas (previamente empapadas en café) ponemos la masa cremosa del queso fresco y esparcimos por todo el ancho de la rebanada. Cuando esté listo, espolvoreamos una cucharadita de cacao en polvo.

- En la última capa, añadiremos el cacao justo antes de servir.

- [Puedes poner ralladura de chocolate con alto porcentaje de cacao](#)