



Crujiente de manzana y arándanos rojos

Porciones: 8 | Tiempo de preparación: 15 minutos. |

Tiempo total: 50-60 minutos.

Equipamiento:

Fuente para hornear o molde de 8 x 8 pulgadas Tabla para cortar Tazón para mezclar grande Papel de aluminio

Utensilios:

Cuchillo Cuchara Tazas y cucharas medidoras

Ingredientes

Aerosol de cocina
4 manzanas, sin el centro y en
rebanadas finas
1 lata de 14 oz de salsa de arándanos
rojos enteros
2 cucharas de mantequilla o margarina
blanda, derretida
1 taza de avena, cruda
1/4 taza de azúcar negra
1 cucharadita de canela

Información nutricional:

Calorías 210 Grasas totales 3.5 g Sodio 15 mg Carbohidratos totales 43 g Proteína 2 g

Instrucciones

- 1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies, los utensilios, las frutas y las tapas de las latas.
- 2. Precaliente el horno a 350 grados.
- 3. Rocíe una fuente para hornear o molde de 8 x 8 pulgadas con aerosol antiadherente.
- 4. Combine la salsa de arándanos rojos y las manzanas en un tazón grande. Vierta la mezcla en la fuente para hornear o asadera de 8 x 8 pulgadas preparada.
- 5. Recubra con papel de aluminio y vuelva a meter al horno por 25 a 30 minutos. La salsa debe burbujear y las manzanas deben poder pincharse fácilmente con un tenedor.
- 6. Mientras las manzanas se estén cocinando, combine la margarina o mantequilla derretida con la avena, la azúcar negra y la canela.
- 7. Retire la mezcla de manzana del horno y aumente la temperatura a 400 grados.
- 8. Espolvoree la avena sobre la mezcla de manzana/arándano rojo. Vuelva a meter al horno y cocine por 5 a 7 minutos más.