

Parfait de tarta de zanahoria

INGREDIENTES

● ZANAHORIA	4 UNIDADES
● MANZANA	1/2 UNIDAD
● SULTANAS	2 CF
● CANELA	UNA PIZCA
● JENGIBRE	UNA PIZCA
● YOGUR GRIEGO	170GR
● AVENA	1 C
● NUECES	8 UNIDADES

PREPARACIÓN

- COMBINAR LA ZANAHORIA RALLADA, LA MANZANA CORTADA, LAS SULTANAS, LA CANELA Y EL JENGIBRE EN UN BOL.
- COLOCA UN TERCIO DE LA MEZCLA EN UNO DE LOS 4 VASITOS.
- AÑADE UNA CUCHARADA DE YOGUR AL VASO. RELLENA EL RESTO DEL VASO INTERCALANDO CUCHARADAS DE LA MEZCLA DE INGREDIENTES CON EL YOGUR.
- CUANDO NO TE QUEDE MÁS MEZCLA Y YOGUR AÑADE LA AVENA Y LAS NUECES COMO TOPPING FINAL.