

MANZANAS HORNEADAS RELLENAS DE NUECES Y MIEL

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 60 minutos

Salen 4 manzanas



Ingredientes:

- 4 manzanas rojas (utiliza tu favorita)
- ¼ taza de pecanas*, trituradas
- 3 cucharadas de azúcar morena o azúcar de coco
- Canela molida al gusto
- Miel
- 4 cucharaditas de mantequilla *

Instrucciones:

1. Precalienta el horno a 400 F (200 C). Lavar y secar las manzanas.
2. Cortar un poco de la parte superior de cada manzana y usando una cucharadita pequeña o una cuchara para bolas de melón, sacar suavemente el corazón de cada manzana para hacer un agujero para el relleno.
3. Cubre una bandeja para hornear con papel para hornear y coloca las manzanas dentro.
4. En un recipiente pequeño agrega las pecanas picadas, el azúcar morena y un poco de canela, mezclar bien.
5. En el centro de cada manzana, agrega dos cucharadas colmadas de la mezcla de azúcar, un chorrillo de miel, 1 cucharadita (en cubito) de mantequilla.
6. Hornea sin tapar durante 50 a 60 minutos. El tiempo de horneado dependerá de tu horno, así que vigílarlas. Cuando las manzanas estén blandas, oscurecidas y parcialmente colapsadas, estarán listas. Sirve tal cual o disfruta con crema dulce o helado de vainilla. ¡A disfrutar!

Notas:

*Las pecanas las puedes sustituir por tus nueces favoritas y las manzanas gala, fuji o cualquier otra manzana dulce.

*La mantequilla amarilla puedes sustituirla por la mantequilla vegana si lo deseas o por aceite de coco.

www.unapizcadeluna.com