Publicado en *Recetas Saladmaster*
(https://recipes.saladmaster.com)

Pastel de Manzana y Especias

Sirve:

10 raciones

Pieza:

Saladmaster Food Processor
11" Large Skillet with Cover
Valora: ★★★★★
Agregar un Comentario
Cobertura
2 manzanas, cortadas con Cono #3
3 cucharadas de nectar de agave (63 g)

Pastel

1/6 cabeza de col verde
1 tallo de apio
1 calabacín
1 zanahoria
1 manzana
2 cucharaditas de levadura en polvo
(9.2 g)
1 mezcla para bizcocho orgánico o 1 ½ taza (180 g) harina trigo integral y ¼ taza (50 g) azúcar o nectar agave

Preparación :

1. Para la cobertura, mezcla las manzanas con el nectar de agave. Vierte la mezcla en el fondo de la sartén y reserva.
2. Con la Máquina Saladmaster®, corta todas las demás veduras y frutas con el Cono #1. Combina con la mezcla para bizcocho orgánico y la levadura en polvo.
3. Vierte la mezcla anterior sobre las manzanas y el nectar de agave en la sartén y pon a fuego medio.
4. Cuando la Vapo-Valve™ haga clic, reduce la temperatura a baja.
5. El pastel está listo cuando al insertar un palillo de dientes o un cuchillo en el centro salga limpio, aproximadamente 15 a 20 minutos.
6. Dale la vuelta al pastel sobre un plato, daja enfriar y sirve.

Consejos:

- También puedes hacer este pastel en la sartén eléctrica o en la olla 3 Qt.

Información nutricional por ración

Calorías: 243
Grasa Total: 0g
Grasa Saturada: 0g
Colesterol: 0mg
Sodio: 280mg
Carbohidratos: 53g
Fibra Dietética: 2g
Azúcar: 30g
Proteína: 3g