



Foto: Adela Molina

Receta Sin Azúcar de "FRESAS CON VINAGRE"

Autora: Adela Molina

Versión papel  Página: 1/3

Comentarios

www.dayelet.com

Adela Molina, del blog "El Dulce Paladar", nos regala una nueva receta.

Fresas maceradas con vinagre y sin azúcar.

Un postre fácil de preparar y realmente delicioso:

"Pues hoy os traigo algo que me encanta, y no lo comía muy a menudo por culpa del azúcar. Os cuento que las fresas son mi perdición, puedo llegar a comer casi medio kilo al día en temporada, me encantan! Y además son una importante fuente de vitaminas y un aporte de caloría muy bajo, tan solo 30 calorías por cada 100 g de fresas, algo súper asequible, sobretodo en dietas de adelgazamiento.

Pues bien, lo dicho, que me encantan para comerlas tal cuál, bien limpias y a bocados, pero de vez en cuando me gusta prepararlas con vinagre y azúcar, que hacen un almíbar fantástico y están de muerte lenta.

Pero claro esto tiene su ventaja por el poco aporte calórico de la fresas y sus desventajas por el azúcar, pero ya he encontrado la solución, esta vez las he preparado con edulcorante

Dayelet y me han quedado igual!! Increíblemente igual!!

Así que preparé todo un kilo y a disfrutar se ha dicho!

Hay personas que aun no conocen esta preparación y es bien sencilla, no por tener vinagre os vais a comer algo feísimo, no, no... por el contrario! Si es que me dan ganas de darle un bocado a la pantalla...vamos a prepararlas!"

Receta Sin Azúcar de "FRESAS CON VINAGRE"

Autora: Adela Molina

Versión papel  Página: 2/3

Ingredientes

www.dayelet.com

- 1 kilo de fresas.
- 100 g de **DAYELET CON SUCRALOSA** (sustituyendo a 100 g de azúcar).
- 1 cucharadita de café de vinagre blanco.

Preparación

www.dayelet.com

- Limpiamos y cortamos las fresas a rodajas.
- Ponemos en un bol y espolvoreamos con el edulcorante.
- Añadimos una cucharadita de vinagre blanco y zarandamos el bol con idea de que todo quede bien mezclado.
- Dejamos reposar unas horas en la nevera.
- Ya veréis el resultado, se habrá convertido en un delicioso almíbar dulce y riquísimo y lo mejor... con menos calorías!

Recetas Blog

DAYELET[®]

www.dayelet.com/es/recetas.html

Receta Sin Azúcar de "FRESAS CON VINAGRE"

Autora: Adela Molina

Versión papel  Página: 3/3

Nutrición

www.dayelet.com

Si la receta lleva mucho azúcar, más del 30/40% del total, recomendamos reemplazar sólo la mitad de su peso por **DAYELET** endulzantes

Contiene polioles: "Un consumo excesivo puede producir efecto laxante".

Todas nuestras recetas pueden también elaborarse sólo con azúcar o bien con la mitad de azúcar y la mitad de endulzantes **DAYELET**.

Pruébalo y compare.

Recetas Blog

DAYELET[®]

www.dayelet.com/es/recetas.html