

Truco culinario

Es recomendable utilizar moldes de silicona. Por el contrario, si se opta por moldes de metal, es importante impregnarlos con aceite o mantequilla antes de introducir la mezcla para evitar que se pegue.

Se le puede añadir diferentes especias como el orégano o el tomillo para darle un toque final distinto.

**Valor nutricional (por ración)**

Valor energético: 315 Kcal.; Proteínas: 20 g; Hidratos de carbono: 10 g; Grasas: 12 g.

Pudding de pavo y queso

Es una receta muy sabrosa y jugosa.

Ingredientes

- 2 huevos
- 3 lonchas de pavo
- 1 pizca de pimienta negra
- 1 pizca de ajo en polvo
- 30 ml de agua
- 60 g de queso mozzarella
- 4 c. soperas rasas (20 g) de Blevit Plus
- 1 cacito de Blemil Plus

PREPARACIÓN

1. Precalentar el horno a 180 °C.
2. Picar las lonchas de pavo hasta conseguir trocitos pequeños.
3. En un bol, batir los huevos y añadir el pavo picado y el queso mozzarella rallado.
4. Agregar los **cereales Blevit Plus**, el cacito de leche **Blemil Plus**, el agua y condimentar con las especias. Mezclar todo hasta que quede bien integrado.
5. Verter el contenido en moldes de silicona y hornear durante 15 minutos o hasta que estén hechos.

* Receta apta para ser preparada con diferentes variedades de cereales Blevit.