

MANZANAS ASADAS con miel y nueces

Preparación:

- Pique las pasas y las nueces en trozos no demasiado pequeños, mézclelas con el zumo y la cáscara rallada del limón y añada un poco de miel.
- Lave y seque las manzanas. Saque el corazón con un descorazonador sin atravesarlo del todo o corte el pedúnculo y el corazón de las manzanas con un cuchillo pequeño.
- Pinche alrededor de la cáscara de las manzanas con un palillo. Rellene el centro vaciado de las manzanas con la mezcla de pasas y nueces.
- Ponga 500 ml de agua fría en la olla del AutoCook e introduzca la pieza inferior del accesorio de cocción al vapor. Coloque en ella las manzanas rellenas en posición vertical. **Cierre la tapa.**
- Seleccione el programa **Al vapor** y la opción **Medio** y pulse el botón de **Inicio**.
- Abra la tapa en cuanto suene la señal. Sirva las manzanas asadas frías o calientes con helado de vainilla.

Ingredientes:



50 g de pasas



Miel para endulzar



50 g de nueces
(al gusto)



6 manzanas pequeñas
semiácidas o
4 grandes



El zumo y la cáscara de
1 limón pequeño

RACIONES: 4-6

Programa: Al vapor medio

Calorías por ración: 147 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 30 min.

AutoCook Pro - 30 min.

ASÍ FUNCIONA:

