



Minitartaletas de Fruta

45 Porciones • 1 Porción = ½ Tartaleta

INGREDIENTES

- ¼ libra más 1 cucharada de mantequilla cortada en cubos
- 2 ½ cucharadas de azúcar superfina
- 2 tazas de harina común o harina integral para pastelería
- 4 cucharadas de agua fría
- Una pizca de sal
- 2 cucharaditas de aceite de oliva
- 1 taza de yogur griego natural
- ½ taza de crema agria
- Lluvia de néctar de agave
- Fruta a elección

INDICACIONES

1. Coloque la mantequilla, el azúcar y la harina en un recipiente con una pizca de sal. Desmenuce los ingredientes con los dedos hasta desintegrarlos de tal manera que la combinación parezca arena. Agregue agua fría y aceite y trabaje la masa. Amase rápido, pero suavemente hasta obtener una mezcla uniforme; luego aplane, cubra con un envoltorio de plástico y refrigere durante una hora aproximadamente.
2. Precaliente el horno a 350 °F y tenga listos 45 moldes de tarta pequeños o moldes para minimuffins de 1 ¾ pulgadas de alto y ¾ pulgadas de profundidad como máximo. No es necesario enmantecar los moldes, ya que la masa tiene suficiente mantequilla.
3. Forme pequeños bollos del tamaño de un tomate cherry y alise en los moldes el pulgar y el dedo índice; al mismo tiempo, presione hasta dejar 1/8 pulgadas de grosor. De esa manera, habrá formado las minitartaletas.
4. Hornee durante 20 minutos aproximadamente o hasta que las minitartaletas se doren. Deje que se enfríen un poco en los moldes antes de quitarlas con cuidado. Deje enfriar por completo antes de rellenar.
5. Mezcle el yogur y la crema agria juntos. Una vez que se enfríe la costra de las minitartaletas, rellene con yogur (aproximadamente 1 cucharadita) y cubra con fruta. Mantenga las minitartaletas refrigeradas.

| Nutrition Facts | |
|---------------------------|-----------|
| 45 servings per container | |
| Serving size 1 Tartlet | |
| Amount per serving | |
| Calories | 50 |
| % Daily Value* | |
| Total Fat 3g | 4% |
| Saturated Fat 1.0g | 8% |
| Trans Fat 0g | |
| Cholesterol 10mg | 3% |
| Sodium 0mg | 0% |
| Total Carbohydrate 5g | 2% |
| Dietary Fiber 1g | 4% |
| Total Sugars 2g | |
| Includes 1g Added Sugars | 2% |
| Protein 1g | |
| Vitamin D 0mcg | 0% |
| Calcium 9mg | 0% |
| Iron 0mg | 0% |
| Potassium 18mg | 0% |

*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

chefs.org

@CHEFSanAntonio

