



CRUMBLE DE PERAS Y MANZANAS CON FRUTOS SECOS

Ingredientes (8 porciones)

- 2 peras, peladas y cortadas en lonjas delgadas
- 2 manzanas, peladas y cortadas en lonjas delgadas
- ¼ cucharadita de nuez moscada en polvo
- ½ cucharadita de canela en polvo
- ¾ taza de nuez picada
- ⅓ taza de castañas cocidas y peladas
- ½ taza de almendras picadas
- 2 cucharadas de aceite de coco
- Jugo de 2 mandarinas
- Pizca de sal

Preparación

1. Precalentar el horno a 180°C
2. En una fuente para hornear, mezclar las peras y manzanas junto con la canela y nuez moscada. Hornear por 30 minutos cubierta.
3. Combinar y mezclar bien en un bowl la nuez, castañas y almendras, aceite de coco, jugo de mandarinas y sal.
4. Una vez pasado los 30 minutos, retirar del horno las peras y manzanas asadas y esparcir los frutos secos sobre ellas. Hornear por otros 20 minutos.
5. Servir caliente.

 Acompáñalo de una cucharada de yogur de coco o de crema de coco batida.