Taza de Cosecha de Yogur de Granola

Makes: 6 Servings

Ingredients

3/4 cup + 1 cucharada sopera de avena rápida
1/2 cup + 1 1/2 cucharadita cereal Cherrio
1 1/2 tablespoons nuez de pacana
1 tablespoon + 1 cucharadita de canela molida
2 tablespoons jugo de manzana
1/8 tablespoon extracto de vainilla
1 1/2 tablespoons pasas
1 1/2 cups camote o ñame
3 1/2 tablespoons puré manzana, sin azúcar
1 1/2 cups yogur natural bajo en grasa
1/2 teaspoon nuez moscada
1 1/2 cups yogur de vainilla bajo en grasa
aceite antiadherente en aerosol

Directions

1. Precaliente el horno a 300 ° F.
2. Combine la avena, el cereal, las nueces de pacana y 1/4 cucharadita de canela en un tazón y mézclelos bien.
3. Combine almíbar bajo en calorías, jugo de manzana y extracto de vainilla en un recipiente grande y agregue la mezcla de avena. Revuelva bien.
4. Espárzalo sobre una bandeja de hornear para hacer galletas, rociada con aceite antiadherente en aerosol y hornee por unos 30 a 45 minutos, mezclando cada 15 minutos. Hornee hasta que estén dorados.
5. Retire del horno y agregue las pasas. Déjelo enfriar completamente.
6. Guárdelo en un recipiente hermético hasta que se necesite para servirlo.
7. Para crear la mezcla de yogur de cosecha, combine el puré de camote o ñame, puré de manzana, 1 ½ tazas de

yogur natural descremado, el restante de la canela molida y nuez moscada en un tazón grande. Mézclelo bien.
8. Agregue 1/2 taza de la mezcla de yogur de cosecha en una taza de 8 oz.
9. Agregue 1/4 taza de yogur de vainilla encima de cada capa de yogur de cosecha.
10. Termine con una porción de 2 oz de cereal de granola.

Notes

El tamaño por porción: Una taza de 8 oz con 1/2 taza de la mezcla del Yogur de Cosecha, 1/4 taza de yogur de vainilla y 2 oz cereal de granola.