Barras de Manzana Y Canela

Sirve: 24 Porciones

Las manzanas son intercaladas entre dos capas de migas de canela para un delicioso dulce.

Ingredientes

4 manzanas (medianas)

1 taza harina

1/4 cucharadita sal

1/2 cucharadita bicarbonato de sodio

1/2 cucharadita canela

1 taza azúcar moreno

1 taza avena (cruda)

1 taza manteca

Preparación

1. Precaliente el horno a 350°F.

2. Ponga la harina, sal, bicarbonato de sodio, canela, azúcar moreno y avena en un tazón. Mezcle.

3. Añada la manteca al tazón. Utilice 2 cuchillos para mezclar los ingredients y cortarlos en migas.

4. Engrase ligeramente los lados y el fondo de la cazuela con manteca.

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	**93**
Grasa total	**5 g**
Grasa saturada	1 g
Colesterol	N/A
Sodio	**52 mg**
Total de Carbohidrato	**N/A**
Fibra dietetica	N/A
Azucares totales	N/A
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteinas	**N/A**
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

5. Extienda un medio de la mezcla de migas en la cazuela engrasada.

6. Quite el corazoó de la manzana y córtelas en tiras. Coloque las tiras de manzanas en la cazuela.

7. Coloque el resto de la mezcla de migas sobre las manzanas.

8. Hornee durante 40-45 minutos.

9. Córtelo en cuadros. Se deshace facilmente.

Notas

Se puede usar salsa de manzana (16 onzas) o manzanas enlatadas en lugar de las manzanas frescas. Se puede usar manzanas peladas o sin pelar.

Pennsylvania Nutrition Education Program, Pennsylvania Nutrition Education NetworkRecetas del Sitio Web