

# Crema de Batatas

Sirve: 6 porciones

## Ingredientes

- 1 **taza** batata (puré de , cocida)
- 1/2 **taza** banana (guineo) (puré de)
- 1 **taza** leche evaporada (sin grasa)
- 2 **cucharadas** azúcar (morena)
- 2 yemas de huevo (batidos o 1/3 de taza de sustituto de huevo)
- 1/2 **cucharadita** sal
- 1 **aceite** en aerosol antiadherente (según sea necesario)
- 1/4 **taza** pasas
- 1 **cucharada** azúcar
- 1 **cucharadita** canela (molida)

## Preparación

1. En un tazón mediano, mezcle la batata y la banana.
2. Agregue la leche, mezclando bien.
3. Agregue el azúcar negra, las yemas de huevo y la sal y mezcle a fondo.
4. Rocíe una cacerola de 1 cuarto con aerosol para cocinar antiadherente. Transfiera la mezcla de batata a una fuente (platón/plato) honda.
5. Combine las uvas, el azúcar y la canela; espolvoree

### Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
<b>Calorías</b>	<b>170</b>
<b>Grasa total</b>	<b>2 g</b>
Grasa saturada	1 g
Colesterol	65 mg
<b>Sodio</b>	<b>260 mg</b>
<b>Total de Carbohidrato</b>	<b>35 g</b>
Fibra dietetica	3 g
Azúcares totales	23 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
<b>Proteínas</b>	<b>5 g</b>
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	

sobre la mezcla de batata.

6. Hornee en el horno precalentado a 325 °F de 40 a 45 minutos, o hasta que tras insertar un cuchillo cerca del centro salga limpio.

US Department of Health and Human Services, A Healthier You