



En esta ocasión, nos gustaría presentarte un parfait de manzana y tofu Nigari Momen. Las manzanas y la canela mejoran el metabolismo, que tiende a ralentizarse un poco durante los meses fríos. En combinación con nuestro delicioso Tofu Nigari Momen, las manzanas con canela pueden ser tanto un desayuno estupendo como un postre sencillo y saludable.

Tiempo: 10-15 minutos

Para 2-3 personas

Ingredientes:

- Tofu Somenoya Nigari Momen (media unidad)
- Una manzana
- Granola (30g)
- Canela (2 cucharadas)
- Azúcar moreno (al gusto, aproximadamente 3 cucharaditas)



Receta:

1. Pela la manzana y corta en cubos la mitad.

2. En una cacerola, cocina a fuego medio los cubos de manzana y añade la canela y el azúcar moreno (durante aproximadamente 5 minutos).



3. Ralla la otra mitad de la manzana y agrégala a la cacerola. Mezcla todo bien.



4. En un tazón, desmenuza el tofu.



5. En un vaso, coloca capas de tofu, granola y la manzana.

¡Que aproveche!

