



Torrijas

Sin huevo, sin leche, sin frutos secos y sin soja



Ingredientes

Para 10 torrijas

- 1 barra de pan normal duro
- 1/2 litro de leche vegetal o de su fórmula especial
- 4 cucharadas colmadas de azúcar
- 1 corteza de limón
- 1 rama de canela
- 2 cucharadas colmadas de harina de repostería
- 75 ml de Agua
- Aceite abundante para freír
- Almíbar
- 50 ml de miel
- 100 ml de Agua

Elaboración

1. Cortar el pan en rebanadas de 2 cm como máximo.
2. Poner la leche a Hervir con el azúcar, la rama de canela y la corteza de limón.
3. Echar la leche en una fuente y mojar las rebanadas, dejándolas que se empapen bien.
4. Realizar una mezcla con las cucharadas de harina y los 75 ml de agua hasta obtener una especie de papilla que hará de sustituto del huevo.
5. Dejar reposar las rebanadas unos minutos en esta mezcla mientras ponemos a calentar el aceite.
6. Freír.
7. Hacer un almíbar fundiendo la miel con el agua y cocerlo 5 minutos (si el almíbar se espesa, añadir más agua).
8. Según se sacan, escurrirlas y darles un hervor en el almíbar.
9. Colocarlas en una fuente. Espolvorear con canela y cubrirlas con el almíbar.



AEPNAA

Asociación Española de Personas con Alergia a Alimentos y Látex

Avda. del Manzanares, 62

Tel/Fax: 91 560 94 96

28019 Madrid

www.aepnaa.org

aepnaa@aepnaa.org

Recomendaciones y Notas:

- Es un postre típico de Semana Santa pero se puede hacer en cualquier fecha y es muy socorrido para las meriendas.
- Con el almíbar de miel, pueden resultar demasiado empalagosas. Se puede sustituir por una mezcla de azúcar y canela.
- Se pueden freír directamente sin rebozar en la mezcla de agua y harina.

Receta del libro "Dulces y postres para Alérgicos"