

RECETA

Fresas a la pimienta



Tiempo de preparación: **40 minutos**

Ingredientes para **2 personas**

Consejos

Puedes acompañar con helado de vainilla para diabéticos, por su bajo contenido en azúcar.

Servir siempre templado.

Podemos cambiar el vino tinto por mosto, pero esto aumentará las calorías por su alto contenido en azúcar.

Ingredientes

- 300 g de fresas
- 60 g de panela o azúcar moreno
- Una cucharada colmada de mantequilla (45 g aproximadamente)
- Una cucharada de vinagre de Jerez o vino tinto (15 ml aproximadamente)
- Pimienta molida al gusto

Preparación

1. **¡Fresas para dos, por favor!** Lava bien las fresas y córtalas por la mitad.
2. **Sacando el jugo.** Añade la panela a las fresas y deja reposar durante aproximadamente 20-30 minutos para que las fresas saquen todo su jugo.
3. **Derríteme!** Calienta la mantequilla en una sartén hasta que se derrita.
4. **Añadimos las fresas.** Cuando la mantequilla esté completamente derretida, añade las fresas y el jugo de éstas a la sartén y remover con cuidado.
5. **¡Al rico vino señores!** Cuando empiece a hervir agregamos la cucharada de vino tinto removiendo bien la mezcla.
6. **¡Pimienta al gusto!** Una vez la mezcla vuelve a coger temperatura añadimos la pimienta recién molida y apagamos el fuego sin dejar de remover hasta que temple. Servir y a disfrutar!

NUTRIMENTUS



By Blanca Oliver