

# Parfait con Barras de Granola

Tiempo de preparación: 60 Min



## Ingredientes

### Barras de granola

**Aceite de coco:** 54 Gramos

**Azúcar:** 60 grs

**Jengibre en polvo:** 1 cdta

**Sal:** 1/2 cdta

**Avena:** 300 Gramos

**Bicarbonato:** 1 cdta

**Miel:** 100 Gramos

**Vainilla:** 1 cdta

### Relleno de manzana

**Azúcar blanca:** 6 cdas

**Manzanas verdes:** 5 Unidades

**Canela:** 3 cditas.

### Relleno de Yogurt

**Jengibre en polvo:** 1 cdta

**Miel:** 50 Gramos

**Yogurt sin sabor:** 500 Gramos

## Preparación de la Receta

### Relleno de manzanas

- En un bowl mezclar manzanas cortadas en cubos con azúcar y canela.
- Reservar.

### Barras de Granola

- Procesar 60 gramos de *avena* hasta obtener una *harina*.
- En un bowl colocar esta *harina*, *avena* restante, sal y bicarbonato.
- Agregar miel, aceite de coco, esencia de vainilla, azúcar y unir los ingredientes.
- Llevar a una bandeja rectangular de 20 x 10 enmantecada y cocinar a 170° C por 20 minutos.
- Dejar entibiar y cortar las porciones sin que se enfríe.

## Relleno de Yogurt

- Batir yogurt con *jengibre* y miel hasta unir.

## Armado

- En vaso de boca ancha colocar relleno de manzanas, por encima yogurt y repetir la operación formas varios niveles.
- Terminar con una barra de granola por encima.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/parfait-con-barras-de-granola>