GACHAS CON YOGURT, NÍSPEROS Y ALMENDRAS

Ingredientes

- 2 cucharadas avena
- 1 cucharada al ras de coco rallado o laminado
- 1 vaso agua
- 1 cucharadita azúcar
- 7-8 nísperos
- La cáscara de 1 naranja
- Yogur natural de vaca, cabra o oveja según gustos
- 1/2 cucharada miel
- Almendras peladas

Preparación

1º. Poner la avena y el coco en una compotera y mezclar.

2º. Cubrir con agua y echar una cucharadita de azúcar. Mezclar y cocinar en una cacerola casi 6 minutos. Dejar enfriar y llevar un rato a la nevera.

3º. Cubrir la preparación con una capa de yogurt natural. Reservar en la nevera.

4º. Pelar los nísperos, quitarles la piel, cortarlos en mitades y ponerlos en una sartén. Añadir la cáscara de naranja cortada en trocitos. Echar 1/2 vaso de agua y 1 cucharada de miel. Cocinar a fuego lento, entre 10 y 15 minutos, mezclando de vez en cuando. El agua se consume quedando las frutas y las cáscaras ligeramente acarameladas. Dejar enfriar.

5º. Sobre la capa de yogurt poner los nísperos y las cáscaras de naranjas picaditas.

6º. Adornar con las almendras picadas y echar hilos de miel por encima, con una cucharita.

FUENTE: HTTPS://COOKPAD.COM/