



**MARISA FERNÁNDEZ**  
Terapeuta multidisciplinar cuyo objetivo fundamental es "comer para vivir": nos explica que la alimentación es mucho más que comer.



## CURSOS DE COCINA MARISA FERNÁNDEZ

Cursos específicos para aprender a cocinar con todos los productos relacionados con la alimentación natural además de una parte teórica de sus beneficios.

Tel. 91 726 78 69 / 605 965 645

[www.marisafernandez.com](http://www.marisafernandez.com)

# Flan de Té Verde



## FLAN DE TÉ VERDE

- 1 taza de zumo de manzana
- 1 taza de leche de arroz
- ¼ cucharadita de café de concentrado de té verde en polvo Matcha (de venta en tiendas de productos japoneses)
- 2 c.s. de sirope de agave
- 1 c.s. rasa de Pronagar®
- 1 c.c. de kuzu
- Un pellizco de sal

## FLAN DE TÉ VERDE

Preparar en una cacerola el zumo de manzana, la leche de arroz y el pellizco de sal.

Dejarlo calentar ligeramente.

Añadir el té verde y Pronagar®.

Endulzar con el sirope de agave.

Disolver todo bien moviéndolo con unas varillas.

Al final, cuando esté a punto de hervir, disolver el kuzu en un poquito de agua fría y agregar removiendo constantemente.

## PRESENTACIÓN

Verter la preparación en flaneras individuales y dejarlo enfriar.