



Puedes ver el vídeo en nuestra página web [www.glotonessingluten.com](http://www.glotonessingluten.com), en nuestro canal de Youtube o en el siguiente link: <https://youtu.be/pMomH4CeUgo>

**Ingredientes:**

- 1 manzana grande
- 50 g. de mantequilla
- 30 g. de galletas sin gluten
- 1 cucharada de helado de vainilla sin gluten
- Azúcar



Trituramos 30 g. de galletas sin gluten.



Mezclamos 30g. de mantequilla con 30 g. de galletas sin gluten y añadimos azúcar al gusto.



Partimos en 4 láminas la manzana y les quitamos el corazón. Se puede usar un descorazonador (sí, se llama así) o hacerlo con un cuchillo como nosotros.



En una sartén añadimos 20 g. de mantequilla y la manzana partida en 4 láminas. Freímos las manzanas durante 3 minutos, hasta que adquiera un tono dorado. Y repetimos operación por el otro lado.



Para emplatar, ponemos una lámina de manzana, echamos las galletas sin gluten desmigadas. Hacemos así con las 4 láminas.



Añadimos 1 cucharada de helado de vainilla sin gluten. ¡Y listo!

glotoness  
sin gluten