

LA RECETA DE HOY



Porridge de manzana con avena y canela

Ingredientes

- 1/2 manzana roja
- 200 ml de leche o agua
- 35 gr de avena
- ¼ de azúcar (opcional)
- Canela en polvo al gusto
- Nueces peladas.

Preparación

En una olla poner la leche o el agua junto con la avena a fuego medio. En cuanto hierva bajar el fuego para que esté suave y du-

rante el proceso ir moviendo la mezcla con una cuchara para que no se pegue en el fondo. Cuando la mezcla ya está suave y espesa, añadir la azúcar y la canela al gusto. También, incorporar la manzana cortada en cubitos. Mezclar bien y servir en un bol con nueces ligeramente troceadas por encima y un poco de canela en polvo.

EL TIEMPO

Santiago| Hoy

07:00/ 12°

12:00/ 22°

16:00/ 23°

20:00/ 15°



Soleado

Mañana

Min/12°| Max/22°



Soleado

Índice Radiación

Índice 7

Riesgo Alto

EMERGENCIAS

Ambulancias	131
Bomberos	132
Carabineros (emergencias)	133
PDI	134
Fonodrogas	135
Socorro Andino	136
Información Policial	139
Fonoacción Sernac	143
Fono Niños	147
Conaf	130
Violencia de género	144
Delitos Sexuales	225657425
Alcohólicos Anónimos	227771010

LECTOR CHEF: Envíanos tu receta favorita a redaccion@hoyxhoy.cl, acompañada por una foto de la elaboración respectiva.