

*Con tantos piñones Camilo se inventó el budín*  
**Budín de pan con piñones**

- Pan duro - Leche desnatada o de soja - 1 huevo - Miel milflores - Pasas sultanas  
- Piñones - Tres huevos enteros - Azúcar integral de caña



1

Se deja el pan a remojo en la leche con un huevo batido y azúcar, al menos un par de horas y se engrasa un molde. Se baten los huevos, la miel y un poco de leche.



2

Con ayuda de una espátula de madera se coloca el pan en el molde salpicado con pasas y piñones y superponiendo una capa de batido y otra de pan piñones y pasas alternativamente.



3

Se hornea el budín a temperatura media-alta durante unos treinta y cinco minutos aproximadamente. Se sirve frío con infusiones o batidos.

*Curiosidad*

Las dulcísimas pasas sultanas, originales de la ciudad turca de Esmirna, son las mejores para repostería.

*Valores Nutricionales*

Hierro  
Calcio  
Potasio



*Sugerencias*

-El pan duro puede sustituirse por pan de molde sin cambiar el procedimiento.  
-Puede presentarse rodeado de una natilla templada y trozos de chocolate negro.