

Receitas em vídeo | Sobremesas

Mousse de Framboesas com Smarties

24 min. | Fácil | Moderado | 4 doses

Ingredientes

250 g de framboesas
4 folhas de gelatina incolor
5 claras de ovo
100 g de açúcar
água q.b.
1 iogurte LONGA VIDA Natural
1 pacote de smarties

Informação nutricional

Energia	363,8 kcal	18%*
Proteínas	8,5 g	17%*
Lípidos	9,6 g	14%*
Hidratos de Carbono	60,3 g	23%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Demolhe a gelatina em água fria.
2. Leve meio decilitro de água ao lume com açúcar até levantar fervura; adicione-lhe as framboesas e cozinhe por cinco minutos.
3. Retire, triture e dissolva a gelatina espremida. Deixe arrefecer um pouco. Entretanto, levante as claras em castelo.
4. Misture o Iogurte Natural LONGA VIDA no creme de framboesas e envolva-lhe suavemente as claras. Distribua-o por taças e leve-o ao frigorífico até ganhar consistência.
5. Decore com os SMARTIES e sirva.