

Sobremesas | Doces de Colher

Panna Cotta com Leite Condensado Magro e Compota de Frutos Silvestres

25 min. | Fácil | Moderado | 8 doses

Ingredientes

500 ml de Natas LONGA VIDA

50 g de Leite Condensado Magro NESTLÉ

2 folhas de gelatina

compota de frutos silvestres q.b.

Informação nutricional

Energia	217,0 kcal	11%*
Proteínas	2,2 g	4%*
Lípidos	1,8 g	3%*
Hidratos de Carbono	18,7 g	7%*

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

Preparação

1. Numa panela leve as natas a aquecer com o leite condensado, deixe ficar bem quente mas sem ferver.
2. Demolhe as folhas de gelatina numa tigela com água bem fria. Escorra bem e dissolva-as no preparado anterior.
3. Encha uns copos de shot ou umas tacinha fundas e reserve no frigorifico durante pelo menos 4 horas para solidificar.
4. Sirva com uma camada de compota por cima.