

Sobremesas | Doces de Colher

Panna Cotta

20 min. | Fácil | Económico | 8 doses

Ingredientes

1 lata de Leite Condensado Magro NESTLÉ
120 g de Natas LONGA VIDA
1 vagem de baunilha
350 ml de leite
4 folhas gelatina incolor
PARA A CALDA:
3 c. de sopa açucar
2 chávenas de chá de frutos silvestres
raspa de 1 limão
1/4 de chávena de chá de água

Informação nutricional

Energia	272,5 kcal	14%*
Proteínas	6,4 g	13%*
Lípidos	0,7 g	1%*
Hidratos de Carbono	54,7 g	21%*

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

Preparação

1. Hidratar a gelatina em água fria. Numa tigela, misturar o Leite Condensado Magro e as natas. Juntar a baunilha, o leite e a gelatina.
2. Levar ao lume até iniciar a fervura. Colocar em forminhas e levar ao frio.
3. Calda: Colocar todos os ingredientes num tacho e levar ao lume mexendo com cuidado até apresentar consistência de calda.
4. Retirar do lume e deixar arrefecer. Deitar por cima da Panacotta já desenformada e servir.