

Receitas em vídeo | Sobremesas

Semifrio de Nescafé Gold

30 min. | Médio | Económico | 8 doses

Ingredientes

1,5 c. de sopa de Nescafé Gold em 50 ml de água (previamente dissolvido)

1 iogurte grego YAOS natural

250 g de queijo mascarpone

150 g de açúcar

12 palitos (tipo La Reine)

400 ml de Nata LONGA VIDA

5 folhas de gelatina

4 c. de sopa de água

Informação nutricional

Energia	385,9 kcal	19%*
Proteínas	4,3 g	9%*
Lípidos	15,7 g	22%*
Hidratos de Carbono	33,9 g	13%*

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

Preparação

1. Demolha os palitos em Nescafé Gold frio e coloca-os no fundo de uma forma redonda em inox de 22 cm.
2. Demolha as folhas de gelatina em água fria durante 5 minutos.
3. Bate as natas LONGA VIDA em chantilly e reserva.
4. À parte, bate o queijo mascarpone com o iogurte grego YAOS e o açúcar e de seguida envolve as natas. Adiciona o café líquido e mexe mais um pouco.
5. Escorre as folhas de gelatina, coloca-as numa tigela com água e leva ao micro-ondas (potência média: +/- 360W) cerca de 20 segundos. Retira, mexe até a gelatina se dissolver e depois incorpora-a no creme de café,

mexendo bem.

6 Verte na forma sobre os palitos e leva ao frigorífico de um dia para outro ou durante pelo menos 4h.

7 No momento de servir, desenforma com cuidado com a ajuda de uma espátula se necessário e polvilha com cacau e Nescafé Gold em pó.