



Sobremesas Gelados

Gelado de Morango

🕒 25 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 8 doses

Ingredientes

- 200 g de morangos
- 200 g de clara de ovo
- 1 embalagem de Natas LONGA VIDA
- 200 g de açúcar
- 1 c. de chá de sumo de limão

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 195,7 kcal | 10%* |
| Proteínas | 3,4 g | 7%* |
| Lípidos | 0,9 g | 1%* |
| Hidratos de Carbono | 32,1 g | 12%* |

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

Preparação

- 1 Coloque as natas no congelador 20 minutos antes de as usar.
- 2 Lave os morangos e reduza-os a puré, reserve.
- 3 Junte as claras, em temperatura ambiente, com o açúcar e leve-os a banho-maria, mexendo sempre. Assim que o açúcar se dissolver completamente, retire o recipiente do banho-maria, e bata, usando a batedeira em velocidade média, até obter um merengue firme.
- 4 Bata as natas com o sumo de limão até obter um chantilly firme. Junte-lhe o puré de morango e envolva bem. Acrescente, aos poucos, o merengue, envolvendo delicadamente e até obter uma mistura homogénea.
- 5 Verta para uma caixa de plástico hermética (ou uma que feche bem) e leve ao congelador por 12 horas.