



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 frigorífico durante pelo menos 4 horas para solidificar.
- 4 Sirva com uma camada de compota por cima.