



Sobremesas

Doces de Colher

Delícia de Morango com Suspiro

🕒 25 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

Ingredientes

- 2 embalagens de gelatina de morango
- 200 g de morangos
- 200 ml de Natas LONGA VIDA
- 12 suspiros pequenos

Informação nutricional

Energia	271,7 kcal	14%*
Proteínas	6,2 g	12%*
Lípidos	1,1 g	2%*
Hidratos de Carbono	44,1 g	17%*

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

Preparação

- 1 Lave e arranje os morangos.
- 2 Prepare um dos pacotes de gelatina como diz na embalagem, mas reduzindo a água para 100 ml de água a ferver e 100 ml de água fria. Reserve e deixe arrefecer fora do frigorífico.
- 3 Numa liquidificadora, triture durante dois minutos as natas, bem frias, com os morangos. Junte a gelatina e ligue a liquidificadora durante mais um minuto. Divida este preparado por seis taças e leve ao frigorífico.
- 4 Prepare o outro pacote de gelatina exatamente como diz na embalagem e deixe arrefecer fora do frigorífico. Quando a mistura de morangos e natas estiver solidificada, verta com muito cuidado uma porção de gelatina de morango por cima desta (como na fotografia) e leve ao frigorífico novamente até estar completamente solidificado.