



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 açúcar
- 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.