



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

<b>Energia</b>	272,5 kcal	14%*
<b>Proteínas</b>	6,4 g	13%*
<b>Lípidos</b>	0,7 g	1%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	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.