

Sobremesas | Sobremesas com Fruta

Crocantes de Morango

8 min. | Fácil | Económico | 7 doses

Ingredientes

2 wraps de 25cm de diâmetro
200 ml de Natas LONGA VIDA
3 c. sopa açúcar
200 g morangos frescos
14 folhas de hortelã

Informação nutricional

Energia	194,3 kcal	10%*
Proteínas	2,4 g	5%*
Lípidos	1,8 g	3%*
Hidratos de Carbono	29,6 g	11%*

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

Preparação

1. Pré-aqueça o forno a 180º.
2. Corte cada wrap em 7 mini-wraps com a ajuda de um copo e uma faca, se necessário para acabar de cortar.
3. Disponha-os num tabuleiro forrado de papel vegetal e leve ao forno por 5 minutos.
4. Retire e deixe arrefecer. Bata as natas com o açúcar até obter chantilly.
5. Distribua o chantilly pelos mini-wraps e por cima os morangos lavados e cortados às rodelas.
6. Decore com as folhas de hortelã. Sirva de imediato.