



Receitas de Sobremesas

Doces de Colher

## Mousse de Limão

Arrisca uma sobremesa rápida e refrescante para os dias de Verão.

🕒 30 min.

👉 Fácil

€ Económico

✂ 4 doses

### Ingredientes

- 4 ovos
- 8 c. de sopa de açúcar
- 1,5 dl de sumo de limão
- 4 folhas de gelatina incolor
- 1 raspa de casca de limão
- 1 embalagem de Natas LONGA VIDA

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 315,0 kcal | 16%* |
| <b>Proteínas</b>           | 7,4 g      | 15%* |
| <b>Lípidos</b>             | 5,3 g      | 8%*  |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 37,1 g     | 14%* |

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

### Preparação

Ponha as folhas de gelatina de molho em água fria.

- 2 Bata as gemas com o açúcar e a raspa de limão até ficarem em creme.
- 3 Aqueça o sumo de limão numa caçarola sem deixar ferver.
- 4 Retire a caçarola do lume e adicione-lhe a gelatina escorrida, mexendo, e deixe arrefecer um pouco.
- 5 Misture o sumo de limão com as gemas.
- 6 Bata as Natas LONGA VIDA e junte-as às gemas.
- 7 Bata as claras em castelo e incorpore-as no creme delicadamente, com a ajuda de uma colher de pau.
- 8 Deite o creme em 4 taças de vidro e deixe solidificar no frigorífico.
- 9 Antes de servir decore com casca de limão em tiras.