



Sobremesas

Doces de Colher

## Mousse de Morango

🕒 20 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

### Ingredientes

3 folhas de gelatina incolor  
300 g de morangos  
1 c. de chá de sumo de limão  
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
250 ml de Natas LONGA VIDA  
folhas de hortelã para decorar

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	355,0 kcal	18%*
<b>Proteínas</b>	6,9 g	14%*
<b>Lípidos</b>	7,0 g	10%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	46,5 g	18%*

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

### Preparação

- 1 Demolhe a gelatina em agua fria e reserve.
- 2 Lave os morangos, reserve alguns para decorar, retire os pés aos restantes e reduza-os a puré.
- 3 Junte o sumo de limão ao puré de morangos, adicione-lhes a gelatina, previamente escorrida e derretida, e mexa bem.
- 4 Depois, misture o leite condensado, volte a mexer e leve ao frio durante 10 minutos.
- 5 Bata as natas em chantilly (sem açúcar), junte-as ao preparado anterior e misture delicadamente.
- 6 Deite em taças individuais e leve ao frio até solidificar.

7 Decore com os morangos que reservou e com folhas de hortelã e sirva.