



Sobremesas

Doces de Colher

## Mousse de castanhas

🕒 30 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

### Ingredientes

80 g de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
250 g de castanhas assadas  
250 ml de água  
2 folhas de gelatina  
250 ml de natas LONGA VIDA

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	266,4 kcal	13%*
<b>Proteínas</b>	3,9 g	8%*
<b>Lípidos</b>	3,0 g	4%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	36,2 g	14%*

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

### Preparação

- 1 Descascar as castanhas assadas (cerca de 150g já descascadas).
- 2 Demolhar as folhas de gelatina em água fria durante 10 minutos.
- 3 Cozer as castanhas descascadas com o leite condensado e a água durante 10-15 minutos em lume médio. Juntar a gelatina escorrida, mexer e triturar até obter uma textura fina e sem grumos. Deixe arrefecer, mexendo de vez em quando.
- 4 Bater as natas e adicionar ao preparado com movimentos suaves e envolventes.
- 5 Verter nos copos/taças e levar ao frigorífico durante pelo menos 2 horas.