



Sobremesas

Doces de Colher

## Gelatina de Leite Condensado e Frutos Vermelhos

🕒 10 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

### Ingredientes

- 2 saquetas de gelatina de morango
- 1 Lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
- 200 ml de leite
- 200 ml de Nata Longa Vida
- 300 ml de água quente
- 300 g de frutos vermelhos

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	215,2 kcal	11%*
<b>Proteínas</b>	4,5 g	9%*
<b>Lípidos</b>	4,3 g	6%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	28,7 g	11%*

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

### Preparação

- 1 Mistura a gelatina de morango na água quente e mexe até dissolver.
- 2 Num liquidificador coloca o leite, as natas, o leite condensado e a gelatina e bate durante 2-3 minutos.
- 3 Verte sobre uma forma previamente untada com óleo vegetal e leva ao frigorífico cerca de 4 horas até solidificar.
- 4 Desenforma e decora com os frutos vermelhos.
- 5 Dica: Para ajudar a desenformar podes separar as laterais da gelatina da forma com os dedos ou com a ajuda de uma faca. Ou coloca a forma sobre uma taça funda com água morna por poucos segundos antes de desenformar.