



Sobremesas Vegan

## Panna Cotta Vegan

🕒 15 min.

👤 Fácil

€ Económico

✂ 4 doses

### Ingredientes

100 g de Preparado para Sobremesas Vegan NESTLÉ  
300 ml de bebida vegetal de aveia  
200 ml de leite de coco  
2 g de ágar-ágar  
1 c. de café de extrato de baunilha  
frutos vermelhos q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	212,9 kcal	11%*
<b>Proteínas</b>	1,5 g	3%*
<b>Lípidos</b>	11,8 g	17%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	24,5 g	9%*

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

### Preparação

1 Aquecer em lume brando, o preparado para sobremesas vegan NESTLÉ, a bebida vegetal de aveia, o leite

de coco, o extrato de baunilha e o ágar-ágar.

- 2** Mexer continuamente. Quando começar a ferver, após 8-10 minutos aproximadamente, retirar a panela do lume. Distribuir o preparado em copinhos.
- 3** Reservar no frigorífico durante 3 horas no mínimo.
- 4** Para a decoração, triturar alguns frutos vermelhos para criar uma fina camada na superfície e adicionar sobre a mesma frutos vermelhos inteiros e/ou folhas de menta a gosto.