

MOUSSE DE FRUTOS SILVESTRES COM NATAS DE SOJA E FRUTOSE

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 8 PESSOAS

300g de frutos silvestres congelados
500 ml de natas de soja para bater
140g de frutose
1 colher de chá de canela em pó
Sumo de limão



Tempo de preparação: 25 minutos + 3 horas
Custo: 6.00€ | Custo por pessoa: 0.75 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f23/mousse-frutos-silvestres-natas-soja-frutose-30058/>

PREPARAÇÃO

1. Num tacho, coloque os frutos silvestres e a frutose.
Tempere com umas gotas de limão e a canela em pó.
Misture.
Leve ao lume e deixe cozinhar em lume médio aproximadamente 15 minutos.
Mexe de vez em quando até que fique um doce espesso.
Passado os 15 minutos, apague o lume e deixe arrefecer.
 2. Bata as natas até que fiquem bem consistentes.
Adicione o doce de frutos silvestres já frio e envolva muito bem.
 3. Coloque numa taça ou em tacinhas e leve ao frigorífico até que fique fresca.
Na hora de servir, decore com frutos silvestres.
- A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!

<http://www.saborintenso.com/ebook> - eBook SaborIntenso
Livro Digital de Culinária com 420 páginas

Saborintenso.com