



MOUSSE DE MARACUJÁ

INGREDIENTES:

- 1 copo de suco de maracujá concentrado (100 ml)
- 3 claras
- 1 pote de iogurte natural desnatado
- ½ envelope de gelatina em pó sem sabor
- Adoçante culinário

PREPARO:

- Na batedeira, bata as claras em neve e acrescente o açúcar. Continue batendo mais um pouco.
- Faça a gelatina conforme as instruções da embalagem e acrescente às claras, com o iogurte e o suco. Bata rapidamente, para misturar.
- Leve à geladeira por, pelo menos, uma hora, antes de servir.

RENDIMENTO:

- 8 porções.

www.receitas.unimedsaoroque.coop.br

Receita saudável para pessoas que querem combater a obesidade.