

# PUDIM DE LEITE CONDENSADO DIET, SEM OVO E SEM FORNO

## INGREDIENTES

### PUDIM

1 lata de leite condensado diet  
1 caixa de creme de leite light  
100 ml de água para dissolver a gelatina  
12 g de gelatina sem sabor dissolvida

### CALDA

1 xícara de frutose  
1/2 xícara de água

## MODO DE PREPARO

### CALDA

Leve os ingredientes ao fogo até dar o ponto desejado.  
Deixe a calda esfriar.  
Coloque em uma forma com furo no meio, aro 18.

### PUDIM

Bata todos os ingredientes no liquidificador.  
Coloque na forma.  
Leve para geladeira por 6 horas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14012-pudim-de-leite-condensado-diet-sem-ovo-e-sem-forno.html>