

DOCE DE MAMÃO DIET

INGREDIENTES

- 1 mamão médio bem maduro
- 2 colheres (sopa) rasa de açúcar light
- cravo e canela a gosto
- um pouco de água para não queimar e apurar melhor

MODO DE PREPARO

Corte o mamão em pedaços, nas parte mais maduras pode raspar com uma colher, direto na panela.

Coloque o açúcar light.

Cozinhe em fogo baixo, se precisar, colocar aos poucos, um pouquinho de água para não grudar e nem queimar (aproximadamente 100 ml).

Se preferir com mais caldo, coloque um pouco de água no final e apure mais um pouco.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25527-doce-de-mamao-diet.html>