

PIPOCA DOCE CARMELIZADA DIET

INGREDIENTES

1 xícara (chá) de milho de pipoca

2 colheres (sopa) de azeite

1/2 xícara (chá) de frutose

MODO DE PREPARO

Coloque o azeite e o milho de pipoca em uma panela (tampe), leve ao fogo e deixe estourar normalmente.

Quando terminar de estourar, tirar a panela do fogo, tirar a tampa da panela e acrescentar a frutose. Misturar muito bem com uma colher de pau até a frutose dourar (como é feito com o açúcar).

Assim que estiver dourado e bem misturado à pipoca, desligar o fogão e colocar em um recipiente para deixar esfriar um pouco. E está pronta!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/32459-pipoca-doce-carmelizada-diet.html>