

PAVLOVA DIET

INGREDIENTES

6 claras em temperatura ambiente

18 colheres de adoçante tal e qual (rasas)

2 colheres (chá) de vinagre branco (maçã)

2 colheres (sopa) de amido de milho

1 colher de (cafê) de baunilha

chantilly diet

frutas para de corar tipo (morango, kiwi, uva sem sementes, cereja fresca, ou de sua preferência)

MODO DE PREPARO

Coloque na batedeira as claras até ficar em ponto de neve, acrescente o adoçante aos poucos, bater devagar até ficar bem firme em ponto de suspiro.

Desligue a batedeira e acrescente o amido de milho, o vinagre de maçã e mexa delicadamente.

Unte com margarina uma assadeira redonda de uns 30 cm, com fundo removível, coloque papel manteiga e unte novamente.

Despeje o suspiro e leve ao forno preaquecido em 150ºC (sem abrir) até ficar moreno.

Depois de pronto deixe esfriar dentro do próprio forno por 30 minutos.

Bater o chantilly com um pouquinho de baunilha e colocar delicadamente em cima do suspiro já frio.

Decorar com frutas de sua preferência e levar à geladeira.

Esta torta é finíssima de origem Australiana.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/36027-pavlova-diet.html>