

# GELATINA DIETÉTICA

## INGREDIENTES

6 folhas de gelatina branca  
6 folhas de gelatina vermelha  
4 cravos-da-índia  
4 pedaços de canela em lasca  
1 colher (café) de erva-doce  
adoçante a gosto

## MODO DE PREPARO

Corte as folhas de gelatina em pedacinhos e coloque de molho por uma hora, em copo com água  
Leve uma panela ao fogo com três copos de água, junte os cravos e a canela e deixe ferver até pegar gosto  
Feito isso, adicione a gelatina dissolvida em banho  
Mexa bem, deixe começar a ferver e tempere com o adoçante  
Retire do fogo, deixe amornar, coe e distribua em taças  
Deixe esfriar e leve à geladeira  
Sirva gelado

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/418-gelatina-dietetica.html>