

MOUSSE DE AMORAS DIET

INGREDIENTES

300 g de amoras ou polpa de amora congelada

1 lata de creme de leite ligth

1 receita de leite condensado Diet

1 sachê de gelatina incolor sem sabor (12 g)

1/2 cálice de cointreau (opcional)

3 claras em neve

1/2 xícara (chá) de água

MODO DE PREPARO

Lave as amoras e reserve algumas para decoração.

Hidrate a gelatina na água, aguarde alguns minutos e dissolva em banho-maria, reserve.

Bata no liquidificador as amoras, o creme de leite, o leite condensado, o licor e a gelatina.

Misture delicadamente nas claras.

Coloque em fôrma decorativa, untada com óleo vegetal.

Deixe na geladeira por no minimo 2 horas.

Desenforme e decore com as amoras reservadas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/45563-mousse-de-amoras-diet.html>