

RECETA DULCE LIGHT PARA EL VERANO!!

Cuadrados deliciosos

Practicidad: Media - 58 kcal - Rinde 10 porciones

Ingredientes

1 postre Exquisita Placeres Light sabor crema de vainilla, dulce de leche o chocolate

1 mousse Exquisita Placeres Light sabor dulce de leche o chocolate

750 cc + 200cc (950cc) de leche descremada

1 pionono

Molde de 24 cm x 24 cm.

Preparación

Preparar el postre como indica el envase, pero con 750 cc de leche, retirar del fuego y verter la preparación en el molde previamente tapizado con el pionono, y dejar enfriar en la heladera (aprox. 1 hora).

Preparar la mousse como indica el envase, con 200 cc de leche. Verterla sobre el postre y llevar a la heladera (aprox. 1 hora). Cortar en 16 cuadrados y servir..

Tip

Si no tenés molde desmontable cuadrado, tapizá la base y los bordes con papel film

BOMBONES DE FRUTA PARA LOS QUE NO SE LLEVAN CON LA GELATINA...UNA BUENA FORMA DE CONSUMIRLA!

- 22 kcal - Rinde 6 porciones

Ingredientes

1 sobre de 4 porciones de gelatina Exquisita Placeres Light de frutilla, cereza, durazno, frutos rojos o frutas tropicales.

2 sobres de gelatina sin sabor

1 y 1/2 taza de agua fría

Preparación

Mezclar los polvos de las gelatinas, incorporar el agua fría y mezclar. Cocinar el preparado en el microondas durante 1 minuto. Colocar en moldes para bombones

o cubeteras y llevar directamente a la heladera hasta que estén bien firmes (aprox. 1 hora). Desmoldar pasando el molde por agua tibia. Conservar en la heladera. Se pueden consumir a temperatura ambiente..

helados light

procesar:

1 yogur natural

1 casancrem light

100cc de leche desc

edulcorante

2 frutas a elección 1 durazno / 1 pera o kiwi

luego agregar 1 sobre de gelatina sin sabor y frutillas en trozos

llenar los moldes y al congelador

podemos usarlos;

UNA UNIDAD DE POSTRE

UNA UNIDAD MAS 1 FRUTA DE MERIENDA

ESPERO QUE LOS HAGAN!!

LIC. NADIA NOCELO MN6068

1534221834