

CANDEREL®

Υλικά για 4 - 6 μερίδες

- 750 γρ. φράουλες
- 12 κουταλιές του γλυκού Canderel
- 250 ml φυτική σαντιγύ ή γιαούρτι
- Χυμός μισού λεμονιού
- 4 κουταλάκια του γλυκού ζελατίνα
- 250 ml ζεστό νερό



Απολαυστικό γλυκό φράουλας



1. Ετοιμάστε τη ζελατίνα διαλύοντάς τη στο ζεστό νερό. Αφήστε τη να κρυώσει.
2. Αφού πλύνετε τις φράουλες κόψτε τις σε μικρά κομματάκια.
3. Ανακατέψτε τη ζελατίνα και τις μισές περίπου φράουλες με το χυμό λεμονιού και το Canderel και χτυπήστε τα μέχρι να γίνουν πουρές.
4. Προσθέστε τη σαντιγύ ή το γιαούρτι σιγά-σιγά στο μίγμα και ανακατέψτε.
5. Τώρα προσθέστε και τις υπόλοιπες φράουλες στο μίγμα.
6. Βάψτε το σε μια φόρμα και τοποθετήστε το στο ψυγείο για τουλάχιστον 2 ώρες.

Διατροφικές
πληροφορίες
829 kcal ή
138 kcal ανά μερίδα