

MOUSSE DE FRUTOS VERMELHOS 0% AÇUCARES



INGREDIENTES

- 300GR DE FRUTOS VERMELHOS
- 150GR DE QUARK 0%

CONFEÇÃO

1. Colcar na taça os frutos vermelhos

2. De seguida juntar o quark aos frutos vermelhos

3. Programar :

4. V3/4 durante 1minuto com a lamina de amassar.

5. Passar a espatula dos lados e se preferir bater mais um pouco.

6. Ideal para sobremesa/lanche ou até mesmo pq almoço.

7. Bom apetite.
