



Gelatina de fruites

CARACTERÍSTIQUES

Tipus de recepta: Postres

Persones: 4

Dificultat: ★

Temps total d'elaboració: 20 minuts + 6 hores
per refredar

Ajuda dels adults: S

ELABORACIÓ

1. Pela i talla la fruita a trossos petits i guarda-la en un bol.
2. Posa en un cassó 2 tasses d'aigua i quan comenci a bullir, tira-hi la gelatina i remou fins que estigui ben dissolta.
3. Afegeix una tassa d'aigua freda a la mescla.
4. Volca les fruites trossejades i remou fins que quedi tot ben repartit.
5. Aboca tota la mescla dins d'un motlle i deixa-ho refredar a la nevera entre 6-7 hores.
6. Treu del motlle i serveix-la ben fresqueta.

INGREDIENTS

- 1 sobre de gelatina de llimona
- 1 préssec
- 1 mango
- 2 mandarines
- 1 kiwi
- 3 tasses d'aigua



NOTES

Les fruites són un dels grups d'aliments indispensables per a la nostra salut, degut al seu alt contingut en vitamines, minerals, fibra i antioxidants.

Fes servir les que més t'agradin i segons la època de l'any.

AL·LERGÒGENS

No apte per intolerants a la fructosa.

