



BAVAROIS DE FRESA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 250 ml de leche desnatada
- 2 unidades de yema de huevo
- 150 g de fresa
- 15 g de gelatina
- 15 g de harina de maiz
- 150 g de nata líquida
- edulcorante

LA PREPARACIÓN

- Coloca la gelatina en agua unos 10 minutos antes.
- Pasa las fresas por una batidora.
- Disuelve la harina de maíz con tres cucharadas de leche y añade las yemas, disolviéndolas también. Pon en una cacerola la leche con la mitad del edulcorante a hervir. Cuando hierva añade despacio, sin dejar de remover, la mezcla de harina de maíz con las yemas y sigue removiendo hasta que vuelva a hervir. Incorpora la gelatina escurrida y retira, cuela y remueve un poco hasta que se enfríe.
- Cuando esté frío incorpora el puré de fresas y la nata batida con el resto del edulcorante.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 9.2 g	Grasas 9.1 g
Kcal 160	Proteínas 9.8 g