

Creme marmorizado

Ingredientes:

200g. de chocolate ao leite diet picado

200g. de creme de leite light

1 envelope de gelatina incolor sem sabor

5 colheres (sopa) de água

4 claras

4 colheres (sopa) de adoçante dietético em pó, próprio para forno e fogão

Recheio de limão:

1 receita de leite condensado diet

½ xícara (chá) de suco de limão

Modo de preparar:

Misture o chocolate com o creme de leite. Leve ao fogo em banho-maria até dissolver.

Hidrate a gelatina na água e leve para dissolver em banho-maria ou no microondas por 20 segundos. Misture-o ao chocolate com o creme de leite.

Bata as claras em neve com adoçante, misture-as ao creme usando um batedor de arame. Leve para um refratário retangular.

Recheio: misture o leite condensado e o suco de limão. Despeje o recheio de limão no refratário com o auxílio de uma colher e mescle com um garfo dando um efeito marmorizado.

Leve o creme à geladeira para firmar.

Rendimentos: 6 porções

Peso por porção: 100g.

Calorias por porção: 306

Proteínas por porção: 10g.

Carboidratos por porção: 28g.

Gorduras por porção: 20g.

Fibras por porção: 1g.

Fonte: ANAD

