Mousse De Frutos Rojos (Thermomix)

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **2** claras.
- ✔ **350 gr.** frutos rojos (y opcional: banana)
- ✔ **8** sobres edulcorante (Stevia)

Preparación

1. Colocar los frutos rojos en el vaso, colocar la tapa y procesar, 15 segs, VEL 5. (si en vez de edulcorante se quiere endulzar con banana, se agrega la banana junto con los frutos rojos para procesar).
2. Lavar y secar bien el vaso.
3. Colocar la mariposa, agregar las claras (y el edulcorante opcional).
4. Colocar la tapa.
5. Batir 3 mins/VEL 4.
6. Retirar las claras e Integrarlas a los frutos rojos con movimientos envolventes.
7. Llevar al freezer.

Receta creada por **Lic. M. Claudia Sempé** - Nutricionista

"Una buena alimentación es el primer paso hacia una vida más saludable"

Cooking Service
cs@cookingservice.com.ar
15-3685-0038