

MANJAR DE COCO COM CALDA DE DAMASCO DIET

INGREDIENTES

1 sachê gelatina sem sabor

200 ml leite de coco

Lata creme de leite ou 2 caixinhas

1 colher de chá Essência de baunilha

3 colheres sopa Xilitol ou outro adoçante culinário

50g Coco ralado seco sem açúcar

CALDA

1 xícara (chá) de damascos secos

1 xícara (chá) de caldo de laranja

2 xícara (chá) de água

1 rama de canela

MODO DE PREPARO

Hidratar a gelatina segundo instruções do rótulo

Despejar em uma forma com capacidade para 1litro e levar à geladeira por 2

CALDA

Assim que ferver, abaixe o fogo e deixe cozinhar com a tampa entreaberta até reduzir e formar uma calda rústica - mexa de vez em quando

Desligue o fogo e amasse um pouco os damascos ainda quentes para dar mais sabor à calda

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/914-manjar-de-coco-com-calda-de-damasco-diet.html>