

la cocina de los golosos

POSTRES · VEGETARIANO

Helados de limón y naranja

8 raciones 473 kcal

Ingredientes

LIMONES

- **4** limones grandes
- **250 ml** nata para montar
- **200 ml** leche condensada
- **150 ml** de zumo de los limones

NARANJAS

- **4** naranjas grandes
- **250 ml** nata para montar
- **200 ml** leche condensada
- **150 ml** de zumo de las naranjas

POR RACIÓN

Proteínas	**7,9 g**
Grasas	**27 g**
Hidratos	**53 g**
Fibra	**3,7 g**

Elaboración

NARANJAS

1. Vaciamos las naranjas y reservamos 150 ml del zumo colado.
2. Montamos la nata con la leche condensada.
3. Una vez montada mezclamos con el zumo de naranja con movimientos envolventes para que no se baje la nata.
4. Rellenamos las naranjas y al congelador un mínimo de 6 horas.

LIMONES

5. Vaciamos los limones y reservamos 150 ml del zumo colado.
6. Montamos la nata con la leche condensada, ambos muy fríos, una vez montados añadimos el zumo de limón y batimos hasta incorporar.
7. Rellenamos los limones y al congelador.

RECOMENDACIONES

Con el zumo de limón podemos batir, la nata no se bajará.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de la cocina de los golosos

cooknest.app/@lacocinadelosgolosos · Instagram @lacocinadelosgolosos