Teresa



POSTRES · VEGÀ

Semifred de meló o de síndria

15min · 4 racions · 141 kcal

Ingredients

- **500 gr** de meló o síndria
- **200 ml** llet vegetal
- **40** a 80 gr de sucre morè, segons gust personal
- **2 gr** d'Agar Agar
- Un mica de canyella en pols o vainilla, opcional

SALSA

- Suc de llimona
- Xarop d'atzavara (o mel, no vegans)
- Fulles de menta fresca

PER RACIÓ

Proteïnes	1,9 g
Greixos	1,2 g
Hidrats	32 g
Fibra	1,4 g

Elaboració

1. Triturar el meló o la síndria amb el sucre i la canyella
2. Dissoldre l'Agar agar amb la llet vegetal en fred i escalfar
3. Bullir 2 minuts remenant sempre
4. Apagar el foc i afegir el suc de meló a poc a poc, i remenar fins que sigui homogeni
5. Si és síndria, colar abans
6. Distribuir en recipients individuals i deixar refredar
7. Posar a la nevera un mínim de 2 o 3 hores

SALSA

8. Triturar el xarop d'atzavara (o la mel), el suc de la llimona i la menta i reservar
9. A l'hora de servir, posar una mica de la salsa i decorar amb fulles de menta

RECOMANACIONS

Ideal per als dies calorosos d'estiu i per quan tens convidats i no vols o no pots gastar molt en postres de pastisseria, però vols una bona presentació. Dificultat baixa.

Fet amb CookNest