

Coctel de fruta en gelatina



Ingredientes:

200 ml jugo de arándano
4 láminas de grenetina gelita
200 ml jugo de uva
5 gr grenetina gelita
200 ml jugo de piña
4 láminas
100 ml agua solo para hidratar
350 gr yogurt natural
50 gr miel de maple
30 gr nuez picada

Procedimiento:

- Hidrate la grenetina correspondiente de cada jugo en agua
- En 1/3 de jugo, caliente y remoje la grenetina, reincorpore al resto del jugo, ponga en molde y meta a enfriar
- Mezcle el yogurt natural con la miel de maple
- Ya gelificados los jugos, cortar en cubos y combinar
- Poner en plato hondo o en copa, agregar el yogurt y espolvorear con nuez y cacahuete
- Decorar con Mora azul y menta fresca

