

Gelatina de Mango, Pera y Manzana para diabeticos



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: David Domingo P **Recetizador:** Pilarpv



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Postre

Tipo de cocina: Para diabéticos

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

El truco de esta receta:

mi truco es utilizar un molde de silicona y mojar sin secar el molde, solo escurrir el agua.

Descripción:

Ingredientes para 8 personas :

- 2 Mango
- 5 Peras Medianas
- 5 Manzana Mediana
- 1 Gelatina Neutra Hacendado
- Sacarina Liquida

Preparación:

Paso 1

Pelar toda la fruta y sacandole el corazon con las pepitas. Si el mango esta bien maduro cortarlo y tritularlo. la manzana y la pera cortarla y ponerla en una olla que cubra de agua la fruta y hervir durante 20 minutos y comprobar si esta cocida. Triturar el resto de la fruta una vez cocida y mezclar bien con el mango. Deliuir la gelatina con el agua de hervir de la fruta, previamente ya deshidratada. Colocar en el molde y comprobar lo dulce que esta y si es necesario añadirle la sacarina. Colocar en la nevera la noche anterior.