

# Receita do Mês

## Pudim de gelatina



### Curiosidade...

... As sobremesas à base de gelatina, desde que consumidas com moderação, podem fazer parte de um plano alimentar saudável!

### Ingredientes:

5	Ovos
0,5 L	Leite
150g	Açúcar
1	Pacote gelatina da sua preferência

### Preparação:

1. Leve o leite ao lume com o açúcar e as gemas. Entretanto bata as claras em castelo.
2. Quando o leite ferver adicione a gelatina em pó, mexendo sempre para dissolver bem a gelatina.
3. Retire do lume e junte as claras em castelo.
4. Envolve com cuidado.
5. Verta para uma forma. Deixe arrefecer por completo e leve ao frigorífico até solidificar.
6. Sirva fresco.

**Bom** *Apetite!*