

Receta 6



@durazosnectarinasyciruelasdecalifornia



@carozos_de_california



@carozosdecalif

Gelatina de durazno de California y yogurt



Postre



30 min



6 porciones

 *California*



Gelatina de durazno de California y yogurt

Ingredientes

- 3 tazas de yogurt natural sin azúcar
- 2 cucharadas de grenetina
- ¼ de taza de agua fría
- ¼ a 1/3 de taza de miel de abeja
- 3 duraznos de California deshuesados cortados en cubos de 2 cm
- 6 cucharadas de amaranto

Pasos

- 1.** En una taza mezcla la grenetina con el agua fría, remueve y deja hidratar durante 10 minutos.
- 2.** Mezcla el yogurt, los duraznos de California, el amaranto y la miel. Rectifica el dulzor.
- 3.** Derrite la grenetina durante 15 segundos en el microondas o a baño maría. Revuélvela con 1 taza de yogurt y enseguida con el resto. Vierte en moldes individuales o en uno grande.
- 4.** Refrigérala durante 4 horas o hasta que cuaje. Desmolda.

Consejos

Excelente refrigerio para los niños. Como desayuno o postre puedes acompañarla con ciruelas y nectarina cortadas en tajos, adorna con una lluvia de amaranto y semillas de chía. También puedes servirla con granola hecha en casa.

