

Postres

Crema cafe	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Yogurt natural ▪ Stevia ▪ Cda. Cafe 	Mezcla de yogurt natural con una pizca de Stevia y 1 cucharada de café, Si desea un postre con mayor consistencia licua la preparación.
Gelatina diversos sabores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gelatina sin sabor ▪ 1 sobre refresco de dieta tipo livean 	Mezclar polvo de gelatina neutra (para litro) con 1 sobre de refresco en polvo de dieta tipo livean. Hacer la dilución habitual con agua caliente y fría, cuajar normalmente.
Jugo de frutas con crema	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fruta ▪ Crema para café sin sabor 	Licua tu fruta favorita con crema para café (neutra o sin sabor), tipo Non Dairy Creamer.
Mousse de gelatina con crema	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gelatina light ▪ Crema para café 	Prepara la gelatina Light normalmente, coloca encima 2 cucharas de crema para café neutra o sin sabor (Non Dairy Creamer) diluidas previamente con 1 cuchara de agua.
Pomelo batido	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Jugo de pomelo ▪ Huevo ▪ Edulcorante o Stevia 	Licuar 2 vasos de jugo de pomelo con 1 clara de huevo y una pizca de edulcorante artificial o Stevia.
Crema de huevos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Huevo ▪ Polvo de refresco Livean 	Batir claras de huevo (frías) a punto nieve. Agregar el polvo de refresco LIVEAN hasta obtener el sabor deseado (No precisa Stevia).
Huevos batidos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Huevo ▪ Coca-Cola Zero 	Batir claras de huevo (Frías) a punto nieve, agregar Stevia y luego Coca Cola Zero.
Budín de yogurt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gelatina dietética ▪ Gelatina sin sabor ▪ Yogurt ▪ Polvo de refresco livean ▪ Coco rallado 	Mezclar polvo de gelatina dietética (para 1l.) con cucharilla de gelatina sin sabor. Agregar 2 vasos de agua caliente, 1 de agua fría y uno de yogurt previamente endulzado con el polvo LIVEAN, refrigerar, se puede colocar una delicada capa de coco rallado en la superficie. Una vez cuajado puede congelarse para obtener un helado cremoso.
Flan de yogurt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Budín de yogurt ▪ Yogurt de frutilla ▪ Gelatina de cerezas ▪ Gelatina de cerezas 	Hacer el budín de yogurt como indica la receta correspondiente. La variación radica en usar 2 vasos de agua caliente y 2 vasos de yogurt de frutilla. Entonces agreguemos a la preparación la gelatina de cerezas (ya cuajada), picada en cuadritos, volver a cuajar la receta ya completa.
Helado cremoso de frutilla	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1/2 litro de yogurt natural ▪ Polvo Livean ▪ 1/4 caja de frutillas ▪ 1/2 taza de leche deslactosada 	Licuar 1/2 litro de yogurt natural con polvo LIVEAN (la cantidad necesaria para que el preparado tenga sabor intenso), agregar 1/4 caja de frutillas, 1/2 taza de leche deslactosada. Congelar batiendo de tiempo en tiempo para que la preparación no enhieles y quede cremosa.
Helado de piña	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pi ▪ Coca-Cola Zero 	Licuar 1 trozo de piña con agua y 4 hojas de hierbabuena. Mezclar con polvo LIVEAN (la cantidad necesaria para que el preparado tenga un sabor intenso). Batir a mano la preparación y congelar. Si desea puede tomarse como refresco agregando hielo.