



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
8



Tiempo:  
30 minutos

## Información Nutricional

Energía:	186 Kcal
Proteínas:	4.6 g
Grasa Total:	10.7 g
Colesterol:	106 mg
H. de Carbono:	18.3 g
Fibra Dietética:	2,1 g
Sodio:	48 mg

## ESPUMA DE MORAS

### Ingredientes

- ½ Taza de azúcar granulada
- ¼ Taza de agua fría
- 3 Huevos a temperatura ambiente
- 1 Taza de moras molidas (sin azúcar)
- 2 Cucharadas rasas de gelatina sin sabor en polvo
- 1 Cajita de crema larga vida NESTLÉ® previamente refrigerada durante mínimo 5 horas

### Preparación

1.- En una pequeña cacerola junta el azúcar con el agua y lleva a fuego medio durante unos minutos hasta formar un almíbar de pelo, debes remover de vez en cuando pero desde el mango de la olla, no introduciendo cucharas. Mientras, en un bowl bate los huevos con batidora eléctrica hasta que estén espumosos. Una vez listos agrega poco a poco el almíbar batiendo constantemente hasta obtener una mezcla más firme.

2.- Mientras, junta la gelatina sin sabor con un poco más de ¼ taza de agua tibia, revuelve hasta juntar bien y reposa durante unos minutos. Luego, toma la mitad de la pulpa de moras y júntala con la gelatina ya hidratada. Lleva uno segundos a microondas suave hasta que la mezcla tome temperatura y la gelatina se disuelva completamente. Agrega esto y el resto de la pulpa a los huevos batidos y remueve hasta juntar muy bien.

3.- En otro bowl, bate la crema larga vida NESTLÉ® hasta dejarla a medio punto chantilly, agrega a crema al batido de mora y remueve con suaves movimientos envolventes hasta obtener una crema lisa. Vierte la preparación en moldes individuales y lleva a refrigeración durante 1 hora mínimo. Al momento de servir decora con moras enteras y si gustas con hojas de menta.

### Nota

En esta receta debes manejar muy bien las temperaturas, ya que al agregar la gelatina con la pulpa la mezcla en si



debe estar un tanto tibia para asegurar homogenización.  
No obstante cuando agregues la crema, el batido anterior  
debe estar a temperatura ambiente (ni muy tibio, ni muy  
frio)

