

GOMINOLAS DE NARANJA



INGREDIENTES

- 2 naranja
- 2 g Gelatina neutra en polvo




ALÉRGENOS

ESTA RECETA NO CONTIENE ALERGENOS DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA

ELABORACIÓN

1. Exprimir una naranja y lo colar para quitar la pulpa.
2. Poner el zumo en un bol, añadir la gelatina neutra en polvo y diluir, calentar durante unos segundos hasta que se haga líquido, no es necesario que hierva.
3. Meter en la nevera y, cuando esté frío (no sólido, solo que haya perdido el calor), batir durante 10 min con unas barillas.
4. Poner en un molde, introducir nuevamente en la nevera, dejar enfriar hasta que se pueda desmoldar sin que se rompa.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

 por ración	energía 18 Kcal	hidratos de carbono 3,5 g	azúcares 3,5 g	Grasas 0,1 g	grasas saturadas 0,0 g	Proteínas 1,1 g	Fibra 0,1 g	Sal 0,0 g
---	---------------------------	-------------------------------------	--------------------------	------------------------	----------------------------------	---------------------------	-----------------------	---------------------



NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Hazlo con cualquier fruta que tengas por la nevera para evitar tirarla. Usa licuadora para sacar el jugo.

CONSEJOS CONSCIENTES

- La naranja es una fruta rica en vitamina C, ácido fólico y minerales como el potasio y el magnesio.
- La gelatina es una importante fuente de proteína, destacando el colágeno.