



Mousse de amora

Tempo de Preparo:

🕒 03:00

Rende:

🍷 5 Porções

Ingredientes

- ½ xícara (chá) de Queijo Cottage Zero Lactose Tirolez
- ½ xícara (chá) iogurte natural zero lactose
- 1 xícara (chá) de amora fresca ou congelada
- 2 colheres (sopa) de mel

Modo de Preparo

Coloque todos os ingredientes no copo do liquidificador e bata bem até que tudo esteja bem misturado.

Em seguida, leve para gelar por no mínimo 3 horas antes de servir.