

RECETAS EXCLUSIVAS PARA TU

Plan Siken **RESTART**

FLAN DE FRUTAS DE TEMPORADA

Nivel de dificultad

Fácil - 10 minutos

*En Siken no queremos que cuentes calorías, sino que respetes las cantidades y disfrutes del sabor de tu propia receta.

Ingredientes

- 1 granada
- 1 manzana
- 1 melocotón
- 100g de uvas
- 100g de frambuesa
- Zumo de limón
- 2 láminas de gelatina neutra
- Miel

Elaboración

Hidrata en agua fría las láminas de gelatina durante 10 minutos. Lava y tritura las frambuesas con un poco de agua para crear una salsa. En un molde de silicona, vierte el líquido de las frambuesas en el fondo. Pela y corta el resto de frutas y colócalas en el molde. Disuelve las láminas de gelatina en 500ml de agua caliente y cuando la mezcla sea homogénea, viértelo en el molde. Deja enfriar en la nevera durante al menos 1 hora.

