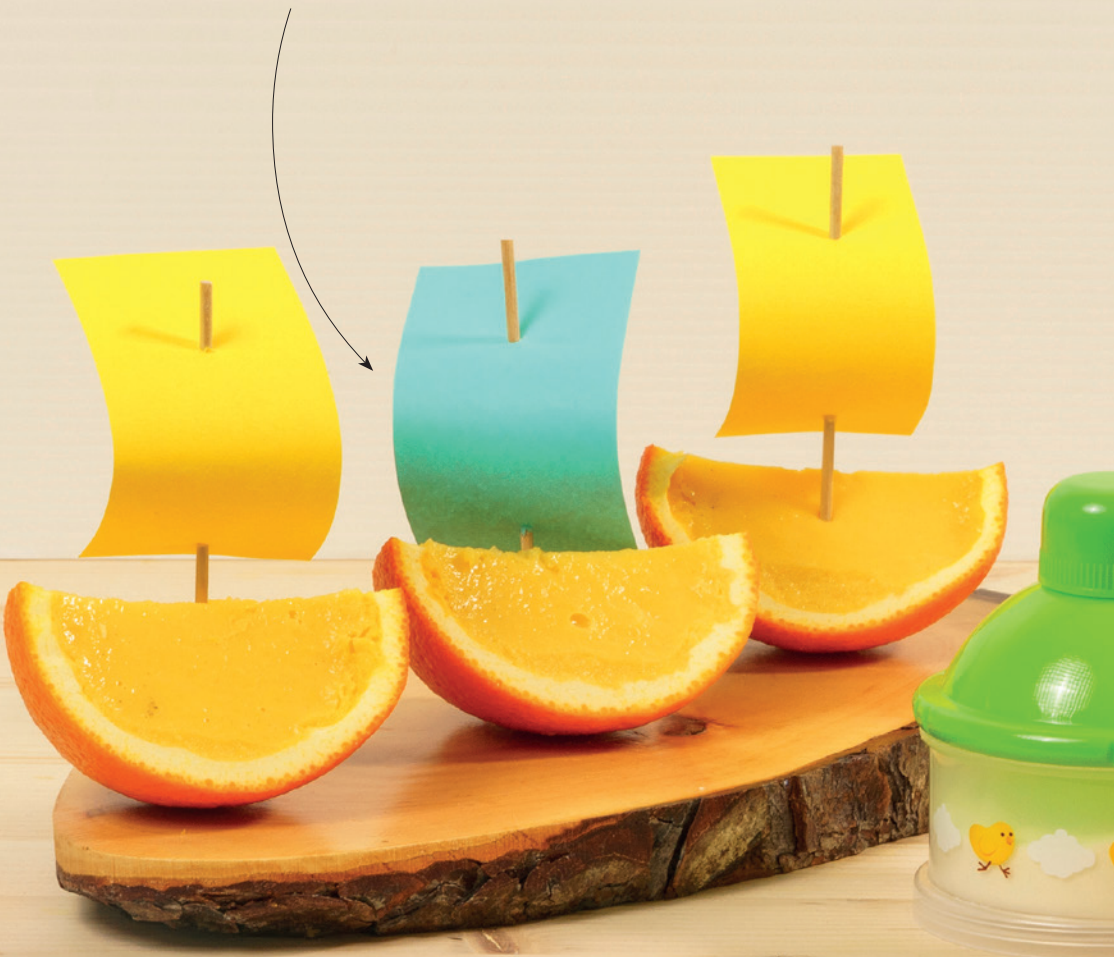


Truco culinario

Se puede hacer con cualquier fruta, ya sean arándanos, fresas, mango, etc. Para que las mitades de naranja no se vayan a caer en la nevera, colocarlas encima de un vaso para que así se sostengan mejor.

**Valor nutricional (por ración)**

Valor energético: 79 Kcal.; Proteínas: 3 g; Hidratos de carbono: 14 g; Grasas: 1 g.

Barquitos de gelatina de naranja

Es una receta deliciosa, refrescante y muy baja en calorías. Perfecta para el verano.

Ingredientes

- 2 naranjas
- 2 láminas de gelatina
- 1 cacito de Blemil Plus

PREPARACIÓN

1. En un bol con agua fría, hidratar las láminas de gelatina durante 10 minutos.
2. Cortar las naranjas por la mitad y vaciar para que quede solamente la piel.
3. Reservar la pulpa de las naranjas y su jugo para hacer la gelatina a continuación.
4. Para la gelatina de naranja: calentar a fuego medio el jugo y la pulpa. Cuando esté caliente, retirar del fuego y añadir el **Blemil Plus**.
5. Sacar las láminas de gelatina del agua, escurrir e integrar en la mezcla caliente. Remover muy bien hasta que quede completamente integrado.
6. Rellenar las mitades de la naranja con la preparación y refrigerar hasta solidificar.