

**GELATINA COM AGAR-AGAR @BRUMERCES**

 15 minutos  
 2 horas e 15 minutos  
 2 porções

**INGREDIENTES**

- 1 xícara de chá de suco de fruta natural [249 g]
- 1 colher de chá rasa de agar-agar em pó [4g]

**MÉTODO DE PREPARO**

- 1º Em uma panela, misture o suco com o agar-agar ainda frio
- 2º Leve ao fogo médio, mexendo sempre, até levantar fervura
- 3º Deixe ferver por cerca de 1 a 2 minutos para ativar o agar-agar (é necessário esse tempo para firmar a gelatina de aga- agar)
- 4º Desligue o fogo, adoce se desejar, e despeje a mistura em potinhos ou uma travessa
- 5º Leve à geladeira por 30 minutos a 1 hora — endurece rápido, mesmo em temperatura ambiente
- 6º Dica 1: O agar-agar só ativa quando ferve, ao contrário da gelatina comum
- 7º Dica 2: Se quiser uma consistência mais firme (como "goma"), use até 1 colher de sopa [6 g] por 500 ml de líquido.
- 8º Dica 3: Dá para usar também com leite vegetal ou fazer versões com pedaços de fruta
- 9º Dica 4: Caso o suco de fruta não tiver docinho (como os de maracuja e limonada) adicione algumas gotas de adoçante (de preferência stevia ou eritritol ou taumatina ou sucralose)

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**

	POR 100 g	POR PORÇÃO [127 g]	% DDR
ENERGIA	54 kcal	68 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	13 g	17 g	6 %
PROTEÍNA	0 g	0 g	0 %
GORDURA	0 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	1 %
SÓDIO	2 mg	3 mg	0 %