



Crema Catalana al Mango

Variazione della crema **catalana** un pò **esotica**, il **mango** puoi usare quello **fresco** o in assenza anche quello che si trova in scatola nei supermercati, puoi provare anche invece di **frullare** a **tagliarlo** in piccoli **cubetti**. Fai molta **attenzione** alla **cottura** in modo che non si attacchi sul fondo. prima di servirla puoi anche coprire con lo **zucchero** di canna e bruciare come la **creme brulè**. **Mango** che puoi andare a **sostituire** anche con altra **frutta**.

Senza **Glutine**

VEGETARIANO



4
Porzioni



10 min.
Preparazione



5 min.
Cottura

Ingredienti

150 ML	LATTE
150 ML	PANNA
2	TUORLI
50 GR	ZUCCHERO
100 GR	POLA DI MANGO
30 GR	MAIZENA

Procedimento

1

FRULLA IL MANGO, METTI IL LATTE E LA PANNA A BOLLIRE, NEL FRATTEMPO SBATTI I TUORLI CON LO ZUCCHERO E LA POLPA DI MANGO

2

SCIOGLI LA MAIZENA CON POCO LATTE, APPENA IL LATTE E LA PANNA INIZIANO A BOLLIRE VERSA IL TUTTO NELLA CIOTOLA CON IL COMPOSTO E MESCOLO IL TUTTO PER BENE

3

RIMETTI SUL FUOCO IN PENTOLA E CUOCI MESCOLOANDO CONTINUAMENTE, FACENDO ATTENZIONE CHE NON SI ATTACCHI SUL FONDO, FINO A CHE IL COMPOSTO NON SI ADDENSI

4

METTI LA CREMA NEI STAMPI E LASCIA RAFFREDDARE PER CIRCA UN'ORA E SERVI.

Informazioni Nutrizionali

per porzione

CALORIE	PROTEINE	CARBOIDRATI	GRASSI
231	2,7 gr	21,2 gr	15 gr