

Adaptando Receitas ao Microondas

As receitas que usam forno e fogão convencionais podem ser adaptadas ao microondas, seguindo as seguintes dicas:

- O tempo de cozimento no microondas é de geralmente $\frac{1}{4}$ do tempo correspondente no fogão convencional. Quando necessário aumente um pouco o tempo de cozimento no microondas.
-

O sabor dos alimentos ficam mais acentuados. Assim, reduza os temperos, principalmente o sal. Se achar necessário acrescente mais tempero depois do cozimento.

MOUSSE DE BANANA FACÍLIMO

- 1 Lata de Leite condensado
- 1 Frasco de Creme de Leite Fresco
- 1 Pacote (12g) de Gelatina sem sabor
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 pacote de suspiros (opcional)

Modo de fazer:

Bata no liquidificador as bananas descascadas com o leite condensado.

Dissolva a gelatina sem sabor em uma xícara de água quente (polvilhando) e junte à mistura.

Bata na batedeira o creme de leite, acrescentando o açúcar aos poucos, até ponto de chantilly.

Despeje a mistura do liquidificador em um refratário e junte o chantilly aos poucos, mexendo suavemente.

Decore com suspiros e leve à geladeira.

Fica uma delícia, especialmente se você quebrar os suspiros enquanto estiver saboreando...