



Gelatina de Guayaba

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocimiento: 2 horas de refrigeración

Tiempo total: 2 horas 10 minutos

Porciones: 6 personas

Esta receta la paso tal cual como la tengo anotada en mi recetario, el de niña, cuando tuve mi primer clase de cocina y que conservo con mucho cariño. En aquel tiempo no había gelatina sin azúcar pero ahora la sugiero pues en realidad no cambia el sabor. Creo también que se puede reducir la cantidad de leche condensada a la mitad si problema y así le quitamos una carga calórica importante y controlamos el azúcar usado en la receta.

Como sea si siguen la receta tal cual les va a quedar deliciosa.

Ingredientes:

- 1 Sobre de gelatina de fresa «light»
- 1 Lata de leche condensada «La Lechera»
- 7 Guayabas medianas

Procedimiento:

Para cuajar la gelatina se siguen las instrucciones de la caja. Se ponen a calentar dos tazas de agua en la estufa, sin que alcancen a hervir. Se saca el agua de la lumbre y ahí mismo se disuelve la gelatina en polvo. Se agregan dos tazas de agua fría y se revuelve bien, se mete al refrigerador y en aproximadamente dos o tres horas debe estar ya firme.

Se lavan y se parten las guayabas en cuatro, se ponen en la licuadora junto con la leche condensada y la gelatina ya cuajada. Se licúa por 3 minutos en velocidad alta hasta que se integre todo muy bien.

Se vacía en un refractario cuadrado o en el molde de su preferencia y se regresa al refrigerador a que vuelva a cuajar.

Es recomendable hacerla un día antes de que se vaya a consumir.

¡BUEN PROVECHO!