

MENÚ I dinar

Plats:

Timbal de verduretes
i patates (explicat al receptari)

Llom cruixent amb
xampinyons

Figues amb *mousse*
de iogurt

cuina sense pares .cat

Figues amb mousse de iogurt

Ingredients per a 2 persones

250 g de figues (4 unitats)

65 g de *mousse* de iogurt (1 terrina individual de *mousse* de iogurt natural)

Estris necessaris

ganivet • cullera de postres

Elaboració (5 minuts)

Renteu i obriu les figues fent-hi dos talls de manera que quedin obertes com una flor.

Idees

Presentació: Serviu les figues obertes al plat i poseu-hi per sobre una cullerada de *mousse* a cadascuna.

Consell pràctic: Utilitzeu la fruita fresca de temporada per elaborar aquest plat: peres, préssecs, albercocs, taronges...

Consell dietètic: Per conservar al màxim les vitamines de la fruita és recomanable trossejar-la just abans de servir.



Diputació
Barcelona

Àrea de Salut Pública
i Consum