



SS MM DEL IEAMED ANIMAN ESTE AÑO A LOS MÁS PEQUEÑOS A CONOCER MEJOR LA DIETA MEDITERRÁNEA, REGALÁNDOLES ESTA SENCILLA RECETA, TAN DELICIOSA COMO DIVERTIDA DE ELABORAR:

"FRESAS CON MENTA Y NATA"

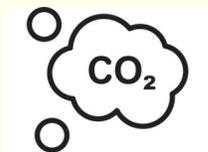
FUENTE: "EL CHEF DE LA ALEGRÍA" -XANTY ELÍAS-

INGREDIENTES:

1 kg de fresas
200 g de nata montada
50 ml de vinagre de manzana

50 g de azúcar moreno
100 g de migas de pan tradicional
30 g de hojas de menta

RIESGO DE ALÉGENOS:



PREPARACIÓN:

Empezaremos este rico postre, lavando y cortando todas las fresas, secándolas con un trapo y reservándolas en una bandeja. Coge un recipiente grande, donde sepas que te van a caber, añade el azúcar, el vinagre y la menta y mezcla todo muy bien.

Introduce en este aliño las fresas y muévelas hasta quedar impregnadas, tapa el recipiente por completo para poder ser maceradas. Tras una noche en la nevera, donde han absorbido el sabor, es hora de servir las con una cuchara, dentro de un bonito bol.

Aparta las fresas y añádele una buena parte del caldito, decóralas con una hoja de menta y échale el pan a trocitos. Ya sólo te queda terminar este postre, poniendo un poco de nata montada, pues le aportará aún más dulzor y su presentación será muy acertada.