

PARFAIT DE QUESO COTTAGE Y FRUTOS ROJOS

Ingredientes:

Rinde: 4 porciones aproximadas

- 2 tazas (480 g) de queso cottage
- 4 sobres de Nativia con Probióticos
- 1 taza (240 g) de frutos rojos congelados (para la mermelada)
- 1/4 de taza (60 ml) de agua
- 2 sobres de Nativia con Probióticos (para la mermelada)
- 1/2 taza (120 g) de granola sin azúcar
- 1/2 taza (120 g) de frutos rojos frescos (para las capas)

Preparación:

1. Prepará la mermelada de frutos rojos: en una olla pequeña, poné los frutos rojos congelados con el agua y cociná a fuego medio por unos 5 a 7 minutos, revolviendo y machacando los frutos con una cuchara de madera, hasta que la mezcla espese un poco y tenga consistencia de mermelada. Retirá del fuego y dejá que se enfríe. Cuando esté tibia, agregale los 2 sobres de Natuvia y revolvé hasta que se incorporen bien.
2. Prepará el queso cottage: en un tazón, combiná el queso cottage con los 4 sobres de Natuvia y revolvé hasta que esté bien mezclado. Si querés una textura más suave, podés licuar la mezcla por unos segundos.
3. Armá el parfait: en 4 vasos o frascos individuales, poné una capa de la mezcla de queso cottage endulzada. Luego, agregale una capa de granola. Agregá una capa de la mermelada de frutos rojos que preparaste y otra capa de frutos rojos frescos. Podés usar tu creatividad para montar tu parfait como más te guste.
4. Repetí las capas hasta llenar el vaso, terminando con una última capa de queso cottage y un par de frutos rojos y granola para decorar encima. Serví inmediatamente para disfrutar de la textura crujiente de la granola.