



PARFAIT FOLHADO DE ABÓBORA COM NUTELLA®

Parfait de iogurte | Vegetariana | Café da manhã | Lanche matinal | Todo o ano

👩🍳👩🍳👩🍳 | 30 minutos ⌚ | 📖📖📖

Dá para: 12 parfais - Porção: 1 parfait

INGREDIENTES

- 900 g de iogurte natural
- 250 g de Nutella®
- 115 g de recheio de abóbora
- 240 ml de nata ácida
- 480 ml de corn flakes

RECHEIO:

- 240 ml de natas ácidas não gordas
- 120 ml de açúcar

MODO DE PREPARAÇÃO:

Bata as natas ácidas e o açúcar numa taça pequena até o açúcar se dissolver.

MONTAGEM:

Misture o iogurte natural e o recheio de abóbora. Encha cada copo com 85 g de mistura de iogurte no fundo e cubra com a mistura de natas ácidas.

Coloque 14 g de Nutella® por cima.

Cubra com 36 g de corn flakes. Regue com 7 g de Nutella®.