

## RECETAS CARDIOSALUDABLES

# Diabetes por tu corazón

by **Chicote** Alberto



## Mango, Mascarpone y Azafrán

🕒 POSTRE 🕒 40' 📏 FÁCIL 👤 10 PERSONAS

### INGREDIENTES

→ 400 g de sorbete de mango

#### Para la crema de Mascarpone

→ 500 g de mascarpone

→ 50 cl de nata

→ 0,9 gr stevia en polvo

#### Para el almíbar de azafrán

→ 50 cl de agua

→ Edulcorante calórico

→ 3 gr stevia en polvo



### PROCEDIMIENTO

#### Preparamos la crema de mascarpone

Poner en el vaso de la batidora por este orden el mascarpone, la nata y la stevia. Trabajar los ingredientes despacio y después más rápido hasta que se monten, pero sin que se queden duros. Guardar en el frigorífico un máximo de 48 horas.

#### Para el almíbar de azafrán

Verter el agua en un cazo de tamaño apropiado, volcar la stevia encima y llevar a fuego vivo. Poner el azafrán en hebras en un bol. Cuando hierva el jarabe, volcarlo sobre el azafrán, tapar inmediatamente y dejar infusionar 20 minutos. Pasar el jarabe sin colar a un biberón y conservar en el frigorífico.

#### PRESENTACIÓN

Verter en el fondo de un cuenco pequeño 4 centilitros de almíbar de azafrán. Sobre él, dos quenelles de crema de mascarpone de unos 50 gramos cada una. Encima, una quenelle de sorbete de mango y como remate un palito de cacao.