

Granizado de Limón y Menta

En verano siempre apetece tomar algo “fresquito” y que no nos aporte demasiadas calorías. Aquí tenemos la solución. No contiene las grasas de los pesados helados, ni azúcares innecesarios, nos quita la sed, aporta vitamina C y nos refresca en las calurosas noches veraniegas.

INGREDIENTES:

- 200ml Zumo de limón natural
- 2 Ralladuras de limón
- 800ml Agua
- 2-4 Cucharas soperas de sacarina líquida
- 12 Hojas de menta (más unos cuantos brotes para decorar)

1

Litro



ELABORACIÓN:

1. Poner a hervir las ralladuras de los limones con 1 vaso de agua. Cuando levante el hervor, retirar del fuego.
2. Agregar el resto de ingredientes y la sacarina al gusto.
3. Verter en una bandeja no muy profunda y meter en el congelador durante 1 hora aproximadamente. Transcurrido este tiempo sacar del congelador, machacar con una maza (o triturar con la batidora) y volver a meter durante otra hora, repetir este proceso al menos 3 veces. Cuanto más a menudo y más veces se repita este paso más fino quedará el granizado.