



Semifrão de cerezas

Descripción

default watermark



Estamos en plena temporada de cerezas y aprieta el calorcito, así que aprovechemos para hacer un postre sencillo y frequito.

Enlaces de otras recetas frescas para verano:

[Tarta al whisky](#) , [Helados de fruta](#) , [Delicias heladas de queso y frutos rojos](#) , [Sandwich helado de leche condensada y frambuesas](#) , [Polos flash de frutas](#) .

Ingredientes: (Según tamaño moldes 16 unidades)

- 400 gr de cerezas o picotas.
- 330 gr de yogur natural griego (3 yogures de 110 gr).
- 90 gr de azúcar.
- 200 ml de nata para montar.
- 4 claras de huevo.
- Para decorar cerezas, hojas de menta?| Opcional.

Preparación:

Escogemos los moldes, en este caso unos de silicona ovalados. Reservamos.

Lavamos las cerezas, quitamos el rabito, reservamos unas cuantas para decorar (opcional). Retiramos el hueso y cortamos la mitad por la mitad y el resto las picamos en daditos (es conveniente ponerse guantes pues tiñen mucho las manos).

default watermark



Ponemos las claras de los huevos en un bol amplio y las batimos un poco con ayuda de unas varillas eléctricas, añadimos la mitad del azúcar y seguimos batiendo hasta que queden bien montadas. Reservamos.





Echamos la nata **bien fría** en otro bol, batimos con las varillas eléctricas, a mitad añadimos el resto del azúcar y seguimos batiendo hasta que quede a punto de nieve.

Vertemos las claras montadas a la nata y mezclamos suavemente, agregamos el yogur y mezclamos con movimientos envolventes. Finalmente incorporamos las cerezas (las picadas y las medias) y volvemos a mezclar hasta que queden incorporadas.





Repartimos la mezcla en los moldes, introducimos en el congelador hasta que se congelen **3-4 horas aproximadamente**.



Para servir desmoldamos, decoramos con una cereza y unas hojitas de menta (opcional).

Consejo: Es conveniente que pasemos del congelador al frigorífico los semifríos que vayamos a consumir **1 hora antes**, así no estarán como una piedra. La cantidad de azúcar es orientativa, según lo golosos que seamos. Se puede preparar este postre frío con otras frutas como melón, yogur y frambuesas.

Categoría

1. Frutas
2. Helados
3. Postres
4. Postres sin horno
5. Recetas sin horno

Fecha de creación

junio 23, 2023

Autor

admin

default watermark