

## FRUTA FRESCA (KIWI, FRESAS Y NECTARINA)

### Textura C - Dieta Triturada



#### Ingredientes para 1 ración:

- 2 u de kiwi
- 1 cacito de espesante basado en gomas amilasa resistente
- 170 g de fresas
- 1 cacito de espesante basado en gomas amilasa resistente
- 2 u (200 g) de nectarina
- 1 chorrito de jugo de limón
- ½ cacito de espesante basado en gomas amilasa resistente

#### Elaboración:

##### Para el kiwi:

1. Pelar, triturar y colar el kiwi.
2. Añadir 1 cacito de espesante basado en gomas amilasa resistente y mezclar vigorosamente o triturar hasta conseguir la viscosidad alta.

##### Para las fresas:

1. Pelar, deshuesar y cortar las fresas, las trituramos y colamos.
2. Añadir 1 cacito de espesante basado en gomas amilasa resistente y mezclar vigorosamente o triturar hasta conseguir la viscosidad alta.

##### Para la nectarina:

1. Pelar, deshuesar y cortar las nectarinas.
2. Colocarlas en un bol y añadimos un chorrito de zumo de limón para evitar que se oxide.
3. Triturar.
4. Añadimos medio cacito de espesante basado en gomas amilasa resistente y triturar o mezclar de nuevo para conseguir la textura correcta.