

``html

Doce Cremoso de Casca e Semente de Goiaba

Ingredientes (para 5 pessoas):

- Cascas de 4 goiabas médias (aprox. 300g)
- Polpa com sementes de 4 goiabas médias
- 1 xícara de açúcar (ou a gosto)
- 1 xícara de água + 1/4 xícara para dissolver o amido
- 1 colher de sopa de amido de milho

Modo de Preparo:

Lave bem as goiabas. Com cuidado, retire as cascas e separe a polpa com as sementes. Reserve as cascas.

No liquidificador, coloque a polpa com as sementes e 1 xícara de água. Bata bem até obter uma mistura homogênea.

Passe a mistura batida por uma peneira fina, pressionando bem para extrair o máximo de suco e descartar as sementes. Reserve o suco coado.

Em uma panela de fundo grosso, coloque as cascas de goiaba e o suco coado. Adicione o açúcar e misture bem.

Leve a panela ao fogo médio, mexendo ocasionalmente. Cozinhe por aproximadamente 20 a 30 minutos, ou até que as cascas estejam macias e o doce comece a engrossar.

Em um recipiente separado, dissolva o amido de milho na 1/4 xícara de água fria, misturando bem para não formar grumos.

Adicione a mistura de amido dissolvido ao doce na panela, mexendo vigorosamente para incorporar.

Continue cozinhando e mexendo por mais 5 a 10 minutos, até que o doce atinja a consistência cremosa desejada. Lembre-se que ele irá engrossar mais ao esfriar.

Retire do fogo e transfira o doce para um recipiente limpo. Deixe esfriar completamente antes de servir.

Preparo

20 minutos

Cozimento

30-40 minutos

Serve

Serve 5 pessoas

Dieta

Vegetariano

Dica

Sirva este doce cremoso puro, com torradas, biscoitos ou como recheio para bolos e tortas. Para uma versão com menos açúcar, utilize goiabas bem maduras e reduza a quantidade de açúcar a gosto.

^^^