



ESPACIO ZENAI

Un espacio en el centro de Madrid con todo lo necesario para cuidarte y sentirte mejor, con clases (yoga, taichi, pilates...), masajes (relajación, shiatsu...) y una tienda especializada en alimentación ecológica e integral, herbodietética y cosmética natural. La receta nos llega de la mano de su nutricionista, Berta Martínez. www.espaciozenai.com

Pudding de Melocotón



PUDDING DE MELOCOTÓN

3 g de Pronagar®
250 ml de almíbar del melocotón
35 g de azúcar
6 mitades de melocotón en almíbar

PUDDING DE MELOCOTÓN

Hervir el almíbar con Pronagar® durante 2 minutos.
Retirar e incorporar el azúcar.
Mezclar bien hasta que se disuelva.
Triturar el melocotón y añadirlo al líquido.
Mezclar todo y poner en un molde. Meter en nevera para que gelifique.

PRESENTACIÓN

Desmoldar y adornar con lo que más guste (guindas, nata, etc).