

# La miglior crema di frutti di bosco

Tempo totale **10 Min** **10 Min** Tempo di preparazione

Valori nutrizionali (per porzione):  
**822 kJ / 196 kcal**

Grassi: **7,8 g** Proteine: **4 g**  
Carboidrati: **24,3 g**

## INGREDIENTI

**2 Porzioni**

**250 g** di frutti di bosco, ad esempio mirtilli, fragole, lamponi, more (in alternativa si possono usare congelati)

**200 ml** di succo di ciliegie

**1,5 cucchiaini** di zucchero

**2,5 cucchiaini** Salsa Ponzu - una Miscela di Salsa di Soia, Aceto ed Aroma di Limone Kikkoman

**2 cucchiai** di panna acida

**1 cucchiaino** di pistacchi tritati

## PREPARAZIONE

### Passaggio 1

Frullare 150 g di frutti di bosco con il succo di ciliegie e 1 cucchiaino di zucchero. Condire con la Salsa Ponzu Kikkoman al limone e aggiungere i frutti di bosco rimanenti.

### Passaggio 2

Mescolare la panna acida con lo zucchero avanzato e i pistacchi.

### Passaggio 3

Disporre la crema nelle ciotole, guarnire con la panna acida al pistacchio, condire con Salsa Ponzu Kikkoman al limone a piacere e servire.