

NIEVE DE CHAYOTE EN THERMOMIX (De dieta o regular)

Ingredientes:

- 180 gms de azúcar regular o 6 a 8 sobres de edulcorante (Stevia o Splenda)
- 1 limón
- 350 gms de chayote crudo
- 750 gms de hielo

Preparación:

1. Se coloca el azúcar y la cáscara de limón en el vaso. Se pulveriza 10 segundos a velocidad 10.
2. Se agrega el chayote en trozos, el jugo de limón y los hielos y se muele 1 minuto y 30 segundos a velocidad 9 con ayuda de la espátula.
3. Se sirve de inmediato o se congela.

Notas:

Si se usa el chayote con espinas, entonces se pela el chayote. Si se usa el chayote de piel delgada entonces se usa sin pelar.