

# Клубничный сорбет



На 100 грамм:  
Калорийность: **38.33 ккал.**  
Белки: **0.78 г.**  
Жиры: **0.37 г.**  
Углеводы: **7.08 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/klubnichyj-sorbet/>

## Ингредиенты:

- свежая клубника - 200г
- сок лимона - 1 ч. ложка
- сок лайма - 1 ч. ложка
- мята - 2-3 листика
- вода - 10мл

## Приготовление:

Клубнику промыть холодной водой, оборвать листики. Далее необходимо ее отправить в чашу блендера или кухонного комбайна.

Взбить на средней скорости до образования однородной кашицы. В обычных рецептах на этой стадии добавляют сахар, но мы не будем этого делать. В самой клубнике есть фруктоза, которой более чем достаточно. А лишний сахар нам не нужен.

Теперь следует подготовить ингредиенты для кисленького сиропа. Для этого отрезаем половину лайма и лимона.

Сок выдавливаем в отдельную посуду, добавляем туда же воду (обычную, чистую) и листики мяты. Настаиваем 10 минут.

Заливаем лимонно-мятную водичку в клубничную кашицу. Хорошо перемешиваем.

Попробуйте получившееся пюре на вкус, только не увлекайтесь сильно, иначе ничего не останется для заморозки. Если пюре густое, можно добавить еще воды. Отправляем сорбет в морозилку на 3 часа. По возможности возьмите для сорбета посуду, которая закрывается крышкой.

В течение этих 3 часов периодически открывайте контейнер с пюрешкой и размешивайте его. Это делается для того, чтобы создать слегка рыхлую структуру, иначе пюре застынет куском льда.

Не передерживайте десерт в морозилке и не готовьте большие порции с запасом, ведь это

блюдо можно сделать быстро в любое время.