



## CURAU LIGHT

### Ingrediente

- 4 xícara (chá) de leite desnatado
- 2 latas de milho escorrido
- 6 colheres (sopa) de adoçante culinário
- 1 colher (sopa) de margarina light
- 1 colher (sopa) de maisena
- 1 colher (café) de essência de baunilha
- 1 colher (sobremesa) de canela em pó

### Modo de fazer

- Bata no liquidificador o leite, o milho, o adoçante, a margarina e a maisena.
- Passe pela peneira e coloque numa panela antiaderente.
- Leve ao fogo médio e mexa até ficar um creme grosso.
- Acrescente a baunilha e distribua em taças e polvilhe com a canela.
- Deixe esfriar.
- Leve à geladeira por 30 minutos antes de servir.

**Rendimento:** 12 taças (100 ml)

**Calorias por porção:** 60 (o tradicional tem 240 calorias)

