

não tem a necessidade de estocar energia em forma de gordura.” Para chegar a esse resultado, os doces não levam farinha refinada nem açúcar e recebem uma porcentagem de fibras.

“As nossas farinhas são à base de oleaginosas — castanho-de-caju, amêndoas e coco — e incluímos fibras, como o polidextrose e a goma acácia, que estão em suplementos alimentares para melhora do intestino, para dar mais saciedade. As pessoas que estão buscando emagrecer suplementam essas fibras em pó antes da refeição”, informa. Quanto ao açúcar, ele é substituído por stevia, um adoçante natural. “Ela é uma plantinha, tem um alto poder de dulçor e não aumenta a glicemia no sangue”, garante.

Em 2024, a segunda unidade da Momma foi inaugurada, na 306 Sul, em uma loja maior e que tinha uma novidade: o acréscimo de gelatos, também funcionais, no cardápio. “Contratamos um desenvolvedor que brincava que eu ia ter que pagar um transplante capilar, de tanto cabelo que estava caindo diante de tantos nãos que eu dei para ele sobre os ingredientes que podia usar”, brinca. No final, segundo ela, foi o lançamento de uma linha de sorvetes fora dos padrões da gelateria tradicional. “No Brasil, outras marcas têm gelato sem adição de açúcar e sem lactose, mas não igual à nossa fórmula”, garante.

São 24 sabores de sorvetes disponíveis. “A cada semana, produzimos oito sabores e vamos revezando”, detalha. O cardápio de doces também foi ampliado e sempre tem novidade em datas festivas. “Para o São João, por exemplo, fizemos minidoces de paçoca e de Romeu e Julieta.”

Para este ano ainda, Bruna pretende abrir duas novas lojas, no Lago Sul, em setembro, e em Águas Claras, em dezembro, além de montar uma pequena fábrica para concentrar a produção. Com tanto trabalho, a nutricionista precisou, claro, parar de atender em consultório, mas continua a realizar o sonho de tocar as pessoas por meio da sua relação com a comida.

## TRUFAS VEGANAS

### Ingredientes

- 100g de leite de coco em pó
- 260g de chocolate branco sem leite e sem açúcar
- 70g de água fervendo
- Para saborizar: raspas de 1 limão e nozes picada

### Modo de fazer

- Leve o chocolate ao micro-ondas e derreta de 30 em 30 segundos (cuidado para não queimar). Coloque

em um bowl com o leite de coco em pó e a água fervendo e mixe bem, até ficar homogêneo.

- Deixar esfriar na geladeira, até firmar, por aproximadamente 2 horas.
- Faça bolinhas, banhe em chocolate derretido e imediatamente passe no confeito de nozes picada.
- Leve para gelar e está pronta sua trufa vegana, sem açúcar e super saudável!
- Opção 2: você pode trocar o chocolate branco por preto.



+ yoga  
- ansiedade

SETOR SUDOESTE  
YANTRAYOGABRASILIA.COM.BR

clube  
20%  
DE DESCONTO\*

