Para mamãs e bebés | Sobremesas

Flan de Alperce com Calda de Framboesa

45 min. | Fácil | Económico | 1 doses

Ingredientes

300 ml de NESTLÉ JÚNIOR 1+ Bebida láctea infantil adaptada a crianças a partir do 1º ano de idade

1 ovo

1 gema

1 c. de chá de açúcar

5 metades de alperce em calda

20 framboesas

Informação nutricional

Energia	490,9 kcal	25%*
Proteínas	19,5 g	39%*
Lípidos	25,7 g	37%*
Hidratos de Carbono	44,8 g	17%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Pré-aquece o forno a 200ºC.
2. Tritura as framboesas. Com a ajuda de um passador, remove as sementes.
3. Corta os alperces em pedacinhos.
4. Aquece o NESTLÉ JÚNIOR 1+. Numa tigela, bate o ovo, a gema e o açúcar.
5. Adiciona a bebida láctea infantil morna, sem parar de mexer.
6. Deita a mistura em formas e divide os pedaços de alperce.

7 Cozinha em banho-maria, no forno, durante cerca de 35 minutos.

8 Serve com a calda de framboesas.

9 Sugestão: Podes substituir os alperces por peras.

10 A introdução de alimentos novos na alimentação do bebé deve respeitar o aconselhado pelo respetivo Pediatra.