

Sobremesas | Receitas de Chocolate

Merengues Swirl de Matcha com Chocolate Negro

32 min. | Fácil | Económico | 6 doses

Ingredientes

- 2 0 claras de ovo
- 125 g de açúcar mascavado (reduzir a pó num processador)
- 1/4 c. de chá de amido de milho
- 1 c. de sopa de matcha + 1 ou 2 gotas de corante alimentar verde
- 0 leite q.b.
- 1 embalagem de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
- 1 c. de chá de manteiga

Informação nutricional

Energia	277,5 kcal	14%*
Proteínas	2,6 g	5%*
Lípidos	12,5 g	18%*
Hidratos de Carbono	37,9 g	15%*

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

Preparação

1. Pré-aquecer o forno a 150º e arranjar um tabuleiro com papel vegetal.
2. Bater as claras até começarem a formar espuma. Adicionar o amido de milho e continuar a bater em velocidade alta até que formem picos firmes.
3. Adicionar o açúcar, 1 colher de cada vez, batendo bem entre cada adição.
4. Numa taça juntar o matcha, o corante verde e adicionar leite até que se forme uma espécie de pasta não demasiado liquido.
5. Envolver o matcha nas claras com a ajuda de uma espátula de forma a criar um swirl, tendo o cuidado para não envolver demasiado.

6 Com a ajuda de uma colher colocar pequenas porções no tabuleiro e levar ao forno por 20 minutos. Desligar o forno, abrir ligeiramente a porta e deixar arrefecer completamente os merengues dentro do forno.

7 Derreter o chocolate Nestlé com um pouco de leite e a manteiga em lume baixo.

8 Servir os merengues com o chocolate por cima.