

[Receitas em vídeo](#)[Sobremesas](#)

## Pudim Tradicional

 60 min. Fácil Económico 4 doses

### Ingredientes

2 ovos  
10 gemas de ovo  
220 g de açúcar  
1 laranja  
500 ml de leite  
30 ml de vinho do porto  
1 c. de chá de aroma de baunilha  
2 c. de sopa de amido de milho  
PARA O CARAMELO:  
250 g de açúcar  
60 ml de água

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 699,3 kcal | 35%* |
| <b>Proteínas</b>           | 12,7 g     | 25%* |
| <b>Lípidos</b>             | 15,6 g     | 22%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 125,7 g    | 48%* |

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

### Preparação

- 1 Separe as gemas das claras.
- 2 Bata bem as gemas e os ovos com o açúcar até obter um creme fofo e esbranquiçado.
- 3 Adicione a raspa e sumo de laranja, o leite, o aroma de baunilha e o vinho do Porto.
- 4 Junte, por fim, o amido de milho peneirado e bata um pouco em velocidade baixa.

- 5 Para o caramelo, coloque o açúcar e a água num tachinho, em lume alto, até começar a ganhar cor e o açúcar estar completamente dissolvido.
- 6 Com cuidado, cobra uma forma de pudim com o caramelo, uniformemente.
- 7 Verta o líquido por cima do caramelo, previamente passado por um passador e tape.
- 8 Coloque a forma dentro de um tachinho com água no fundo e deixe cozinhar em lume brando durante 40 minutos. (Vá verificando de vez em quando, para que o tacho não fique sem água e queime.)