

Sobremesas | Receitas com Leite Condensado

Crepes Recheados

35 min. | Fácil | Económico | 8 doses

Ingredientes

1 copo de farinha
1 copo de leite
2 ovos
1 pitada de sal
1 lata de Leite Condensado Cozido NESTLÉ

Informação nutricional

Energia	215,6 kcal	11%*
Proteínas	5,6 g	11%*
Lípidos	4,7 g	7%*
Hidratos de Carbono	37,6 g	14%*

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

Preparação

1. Peneire a farinha para uma tigela.
2. Junte uma pitada de sal.
3. Abra uma covinha no meio da farinha e deite aí os ovos e o leite.
4. Mexa tudo com uma vara de arames até obter um preparado homogéneo.
5. Deixe a massa descansar pelo menos 30 minutos.
6. Aqueça bem uma frigideira, unte com um pouco de manteiga e deite uma concha pequena de massa. Nota: É mais fácil cozinhar os crepes numa frigideira anti-aderente.
7. Incline a frigideira para todos os lados de modo a cobrir o fundo com uma película fina de massa.

8 Deixe o crepe cozer de ambos os lados, virando-o com a ajuda de uma espátula.

9 Bata ligeiramente o leite condensado cozido antes de rechear os crepes, de forma a que fique mais cremoso.