



Sobremesas

Doces de Colher

## Compota de Maçã com Creme de Baunilha

35 min.

Fácil

Económico

6 doses

### Ingredientes

6 maçãs  
100 g de açúcar  
1 dl de água  
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
2 dl de leite  
3 gemas de ovo  
1 c. de sopa de amido de milho  
1 c. de chá de essência de baunilha

### Informação nutricional

|                     |            |      |
|---------------------|------------|------|
| Energia             | 376,3 kcal | 19%* |
| Proteínas           | 6,5 g      | 13%* |
| Lípidos             | 8,5 g      | 12%* |
| Hidratos de Carbono | 68,6 g     | 26%* |

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

### Preparação

- 1 Descasque as maçãs, corte-as em gomos grossos, retire-lhes as sementes, deite-as num tacho, junte-lhes o açúcar e a água e leve ao lume.
- 2 Deixe-as cozinhar até que fiquem sem água e caramelizarem um pouco. Esmague-as com um garfo, deite-as numa taça e deixe-as arrefecer.
- 3 Prepare o creme. Leve ao lume o leite condensado com o leite, mexa e deixe ferver.
- 4 Num recipiente, misture as gemas com o amido de milho dissolvido em 4 colheres (sopa) de água, adicione-lhes a mistura de leite e a baunilha e mexa; deite num tacho e leve ao lume, mexendo sempre, até que fique espesso.
- 5 Retire e deixe arrefecer. Deite o creme em cima das maçãs, decore a gosto e sirva frio.