



Sobremesas

Bolos

Bolachas de Natal NESTUM Mel

25 min.

Fácil

Económico

12 doses

Ingredientes

100 g de NESTUM Mel com Cereais Integrais

150 g de farinha de trigo

80 g de açúcar amarelo

100 g de manteiga

1 ovo

PARA O GLACÊ

1 clara de ovo

200 g de açúcar em pó

Informação nutricional

Energia	233,0 kcal	12%*
Proteínas	2,2 g	4%*
Lípidos	7,5 g	11%*
Hidratos de Carbono	39,2 g	15%*

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

Preparação

- 1 Junta todos os sólidos e mistura;
- 2 Acrescenta a manteiga à temperatura ambiente e o ovo;
- 3 Amassa bem e deixa repousar por 30 minutos;
- 4 Faz pequenas bolinhas achatadas ou estende a massa e corta com formas natalícias.
- 5 Se te apetecer podes ainda decorar com um glacê.

6 Para fazer o glacê bate em castelo 1 clara e junta 200 g de açúcar em pó.

7 Coloca a mistura num saco de pasteiro e decora