

Sobremesas Bolos

Bolachinhas de Batata com Nozes e Canela

10 min. Fácil Económico 6 doses

Ingredientes

125 g de puré de batata instantâneo

50 ml de leite

1 ovo

50 g de manteiga à temperatura ambiente

1 c. de sobremesa de canela para a massa + 1 c. de sopa de canela para polvilhar

30 g de nozes picadas

30 g de açúcar

açúcar em pó q.b.

Informação nutricional

Energia	170,4 kcal	9%*
Proteínas	2,5 g	5%*
Lípidos	12,0 g	17%*
Hidratos de Carbono	12,8 g	5%*

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

Preparação

1. Pré-aquece o forno a 220º.
2. Coloca numa tigela o leite, o ovo, a manteiga, a canela, o açúcar e as nozes e mistura tudo.
3. De seguida, junta os flocos do puré de batata e mistura. Amassa com as mãos a mistura até que todos os ingredientes estejam incorporados.
4. Coloca a massa numa folha de papel vegetal (própria para forno) e estende-a com a ajuda de um rolo de cozinha. Forma bolachas com a ajuda de um molde.
5. Deixa as bolachas repousar cerca de 15 minutos e leva-as ao forno por 10-12 minutos.

6 Retira-as do formo e deixa arrefecer.

7 Polvilha com o açúcar em pó e a canela.