



Entradas

Salgados

## Mini Croissants de Massa Folhada com Presunto

Um ótimo aperitivo para qualquer ocasião e muito fácil de fazer. Podes rechear os mini croissants com presunto, queijo, fiambre, chouriço, o que quiseres. Os convidados vão adorar.

⌚ 8 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 2 doses

### Ingredientes

2 folhas de massa folhada  
50 g de presunto curado (fatias finas)  
1 ovo  
sementes de sésamo q.b.

### Informação nutricional

|                     |             |       |
|---------------------|-------------|-------|
| Energia             | 1416,2 kcal | 71%*  |
| Proteínas           | 28,6 g      | 57%*  |
| Lípidos             | 89,3 g      | 128%* |
| Hidratos de Carbono | 122,6 g     | 47%*  |

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

### Preparação

- 1 Estender uma folha de massa folhada, cortar em tiras de 8 cm de largura, e cada tira em triângulos.
- 2 Colocar na base de cada triângulo uma fatia de presunto e enrolar acabando na ponta.
- 3 Colocar os croissants num tabuleiro de ir ao forno, pincelá-los com ovo batido, polvilhar com sementes de sésamo e cozinhar com forno forte, já pré-aquecido, até que fiquem dourados (15-20 minutos).
- 4 Nota: Preparar estes croissants com outros recheios como queijo, chouriço, fiambre etc...