

Sobremesas | Sobremesas com Fruta

Peras no Forno com Leite Condensado

32 min. | Fácil | Moderado | 6 doses

Ingredientes

6 peras
estrela de anis q.b.
canela em pó q.b.
1 cálice de água
2 c. de sopa de açúcar
1 cálice de vinho do Porto
1 medida (da lata) de leite
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

Informação nutricional

Energia	306,0 kcal	15%*
Proteínas	5,9 g	12%*
Lípidos	6,3 g	9%*
Hidratos de Carbono	51,5 g	20%*

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

Preparação

1. Ligue o forno a 180 graus.
2. Lave as peras e corte-as ao meio sem as descascar.
3. Disponha-as num tabuleiro e junte-lhes as avelãs moidas, a canela em pó e as estrelas de anis.
4. À parte, junte a água, o açúcar e o vinho do Porto.
5. Regue as peras com a mistura obtida e leve ao forno por cerca de 20 minutos. Retire e deixe arrefecer.

6 Entretanto, prepare o creme, misturando o Leite Condensado NESTLÉ com o leite e o molho que a fruta deixou no tabuleiro.

7 Leve ao lume e, não parando de mexer, deixe que ferva por alguns minutos.

8 Sirva frio com as peras.