

Sobremesas Tartes

Tarteletes de Baunilha e Nozes

30 min. Médio Moderado 8 doses

Ingredientes

1 0 ovo
80 g de manteiga (amolecida)
125 g de açúcar
180 g de farinha
4 0 gemas de ovo
3 dl de leite
1 0 1/2 vagem de baunilha
2 c. de sopa de nozes (raladas em pó)
1 c. de sopa de farinha (integral)
150 g de açúcar

Informação nutricional

Energia	361,8 kcal	18%*
Proteínas	5,5 g	11%*
Lípidos	13,9 g	20%*
Hidratos de Carbono	54,0 g	21%*

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

Preparação

1. 1. Para preparar a massa, comece por misturar o açúcar com a manteiga. Junte o ovo e, por fim, a farinha.
2. Forre mini-tarteiras com a massa. Leve ao frigorífico durante 10 minutos.
3. Aqueça o forno a 200ºC. Leve as tarteiras ao forno a cozer durante 5 minutos com o apoio de uma leguminosa seca (feijão ou grão cru) no interior das mesmas.
4. Numa taça para levar a banho maria, misture o açúcar com as gemas.

5 Adicione o leite, a farinha, as nozes, a casca de limão e as sementes baunilha.

6 Leve ao lume em banho maria até engrossar. Deixe arrefecer e recheie as tarteiras.

7 Leve ao frigorifico pelo menos uma hora.