

Receitas em vídeo | Sobremesas

Pavlova de Leite Condensado, Banana e Amendoim

40 min. | Fácil | Económico | 8 doses

Ingredientes

4 ovos
200 g de açúcar
1 lata de Leite Condensado Cozido NESTLÉ
1 embalagem de Natas LONGA VIDA
1 banana
50 g de amendoins torrados
50 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
flor de sal q.b.

Informação nutricional

Energia	438,4 kcal	22%*
Proteínas	7,9 g	16%*
Lípidos	11,3 g	16%*
Hidratos de Carbono	64,6 g	25%*

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

Preparação

1. Pré-aqueça o forno a 140ºC.
2. Separe as gemas das claras. Bata as claras numa batedeira e vá juntando o açúcar aos poucos até obter um merengue bem firme.
3. Forre um tabuleiro com papel vegetal e faça um círculo de 16cm de diâmetro.
4. Distribua o merengue igualmente por todo o círculo e leve ao forno durante 2 horas.
5. Deixe o merengue arrefecer completamente no forno.

6 Entretanto, numa batedeira, misture o leite condensado com as gemas. Reserve.

7 Bata as natas até obter chantilly e reserve no frigorífico.

8 Para montar a pavlova, distribua o leite condensado por cima do merengue.

9 Cubra com a banana cortada em fatias finas, seguido do chantilly.

10 Polvilhe com os amendoins torrados, o chocolate preto em lascas e com uma pitada de flor de sal.Sirva bem frio.