

Sobremesas Bolos

Argolas de Leite Condensado

30 min. Fácil Económico 10 doses

Ingredientes

200 g de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
2 ovos
50 ml de óleo
16 g de levedura em pó
raspas de 1 limão
raspas de 1 laranja
400 g de farinha
açúcar para a cobertura q.b.
óleo para fritar q.b.

Informação nutricional

Energia	336,5 kcal	17%*
Proteínas	6,9 g	14%*
Lípidos	12,9 g	18%*
Hidratos de Carbono	47,9 g	18%*

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

Preparação

1. Numa batedeira misture bem o leite condensado, o óleo, os ovos e as raspas de laranja e limão até obter uma massa homogénea;
2. Incorpore pouco a pouco a farinha peneirada e o fermento. Misture tudo muito bem até obter uma massa fina;
3. Forme pequenas bolas e faça-lhes um buraco no meio com o dedo;
4. Frite-as no óleo em lume medio, colocando-as depois sobre papel absorvente para retirar o excesso de gordura;
5. Cubra-as com açúcar.