

Sobremesas Doces de Colher

Pudim de Maçã

75 min. Fácil Económico 8 doses

Ingredientes

1 kg de maçã
água q.b.
5 ovos
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
2 c. de sopa de açúcar para caramelizar
maçã laminada para decorar

Informação nutricional

Energia	271,3 kcal	14%*
Proteínas	6,8 g	14%*
Lípidos	7,2 g	10%*
Hidratos de Carbono	45,5 g	18%*

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

Preparação

1. Descasque e limpe as maçãs e corte-as em quartos.
2. Coza as maçãs aos quartos num tacho com um pouco de água, durante 15 minutos.
3. Quando estiverem cozidas passe-as pelo passe-vite para fazer um puré.
4. Adicione o Leite Condensado NESTLÉ e os ovos batidos.
5. Deite a mistura em pequenas formas e leve ao forno, em banho-maria, durante 45 a 50 minutos.
6. Decore com lâminas de maçã.