

Sobremesas Bolos

Tigeladas

30 min. Fácil Económico 8 doses

Ingredientes

1 l de leite
8 0 ovos
350 g de açúcar
2 c. de sopa de farinha de trigo
2 c. de chá de canela em pó

Informação nutricional

Energia	296,8 kcal	15%*
Proteínas	9,0 g	18%*
Lípidos	5,9 g	8%*
Hidratos de Carbono	52,6 g	20%*

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

Preparação

1. Bata os ovos com a canela.
2. Dissolva a farinha num pouco de leite frio, junte o restante leite e em seguida adicione aos ovos juntamente com o açúcar.
3. Mexa bem.
4. Coloque no forno bem quente um tacho de barro vidrado, até este ficar bem quente.
5. Deite o preparado dentro deste tacho e deixe a tigelada cozer durante cerca de uma hora.
6. Verifique a cozedura espetando um palito, que deverá sair seco.
7. Esta tigelada serve-se especialmente como sobremesa de Páscoa.