

Sobremesas Doces de Colher

Compota de Maçã com Creme de Baunilha

35 min. Fácil Económico 6 doses

Ingredientes

6 maçãs
100 g de açúcar
1 dl de água
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
2 dl de leite
3 gemas de ovo
1 c. de sopa de amido de milho
1 c. de chá de essência de baunilha

Informação nutricional

Energia	376,3 kcal	19%*
Proteínas	6,5 g	13%*
Lípidos	8,5 g	12%*
Hidratos de Carbono	68,6 g	26%*

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

Preparação

1. Descasque as maçãs, corte-as em gomos grossos, retire-lhes as sementes, deite-as num tacho, junte-lhes o açúcar e a água e leve ao lume.
2. Deixe-as cozinhar até que fiquem sem água e caramelizarem um pouco. Esmague-as com um garfo, deite-as numa taça e deixe-as arrefecer.
3. Prepare o creme. Leve ao lume o leite condensado com o leite, mexa e deixe ferver.
4. Num recipiente, misture as gemas com o amido de milho dissolvido em 4 colheres (sopa) de água, adicione-lhes a mistura de leite e a baunilha e mexa; deite num tacho e leve ao lume, mexendo sempre, até que fique espesso.
5. Retire e deixe arrefecer. Deite o creme em cima das maçãs, decore a gosto e sirva frio.