

Sobremesas | Sobremesas com Fruta

Flores de Ananás

30 min. | Fácil | Económico | 8 doses

Ingredientes

1 embalagem de massa tenra ou quebrada
8 rodelas de ananás e sumo
80 g de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
200 g de Natas Longa Vida Original
3 folhas de gelatina
1 limão
folhas de menta fresca q.b.

Informação nutricional

Energia	277,1 kcal	14%*
Proteínas	3,6 g	7%*
Lípidos	16,9 g	24%*
Hidratos de Carbono	26,6 g	10%*

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

Preparação

1. Pré-aquece o forno a 220ºC.
2. Com uma tigela corta a massa em círculos, coloca-as sobre pequenas formas (por exemplo de flans) viradas ao contrario e faz pequenas dobras na massa com os dedos, por forma a fazer os cestinhos de base. Coloca-as sobre uma bandeja e leva ao forno até à massa alourar.
3. Bate 4 rodelas de ananás (sem sumo) com o Leite Condensado Tradicional NESTLÉ e o sumo de limão até obteres um puré fino e macio.
4. Passa as folhas de gelatina por água fria e dissolve-as num pouco de sumo de ananás quente. Passa por um passador, junta ao puré de ananás preparado anteriormente e por fim incorpora as natas batidas.
5. Com uma faca afiada corta o resto do ananás em fatias e ao meio. Recheia os cestinhos com o puré e coloca uma fatia de ananas enrolada em forma de flor em cada uma. Reserva no frigorifico até ao momento de servir.