



Sobremesas Tartes

Tarte de Maçã com Barras de Cereais GOLDEN GRAHAMS

🕒 20 min.

👤 Fácil

💰 Económico

✂️ 4 doses

Ingredientes

- 1 embalagem de massa de pizza fresca ou massa folhada fresca
- 2 maçãs em fatias finas
- 3 c. de sopa de açúcar mascavado
- 1 c. de sopa de farinha
- 1 c. de sopa de canela
- 4 c. de sopa de manteiga
- 1 ovo batido
- 1 c. de sopa de açúcar fino
- 2 Barras de Cereais Golden Grahams
- 2 iogurtes NESTLÉ Grego Natural

Informação nutricional

Energia	389,4 kcal	19%*
Proteínas	6,4 g	13%*
Lípidos	19,7 g	28%*
Hidratos de Carbono	46,9 g	18%*

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

Preparação

- 1** Desenrole a massa de pizza, polvilhe com farinha e com a ajuda de um rolo da massa estique de forma a obter uma forma mais rectangular. Corte em seguida em dois rectângulos e no centro, deixando uma margem de um dedo à volta coloque a manteiga em pedaços.
- 2** Numa taça misture as maçãs com a farinha, o açúcar amarelo, o sumo de limão e a canela. Misture bem.
- 3** Coloque as fatias de maçã no centro do rectângulo, por cima da manteiga, umas seguidas das outras, deixando sempre uma margem de um dedo em redor.
- 4** Pincele as tartes com o ovo batido e polvilhe com as barras de cereais picadas.
- 5** Leve ao forno pré-aquecido a 200°C durante cerca de 30 minutos ou até douradas. Sirva com iogurte grego.