

Sobremesas Tartes

Tarte de Flan

20 min. Fácil Económico 6 doses

Ingredientes

280 g de massa quebrada
2 0 ovos
2 0 gemas de ovo
80 g de farinha
2 dl de leite
1 embalagem de Natas LONGA VIDA
120 g de açúcar
1 0 limão médio

Informação nutricional

Energia	520,1 kcal	26%*
Proteínas	8,1 g	16%*
Lípidos	18,1 g	26%*
Hidratos de Carbono	64,4 g	25%*

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

Preparação

1. Pré aqueça o forno a 180ºC
2. Comece por ralar a casca do limão para uma taça
3. Junte os restantes ingredientes e misture muito bem.
4. Coloque a massa quebrada sobre as formas.
5. Rechear com o preparado anterior e leve ao forno a 180ºC cerca de 15 minutos até o recheio estar cozinhado ou a massa dourada.