



Sobremesas

Doces de Colher

## Parfait de Café

🕒 60 min.

👤 Médio

👤 Moderado

🍴 10 doses

### Ingredientes

5 folhas de gelatina incolor  
150 g de açúcar  
8 g de Café SICAL 5 Estrelas (diluído em cerca de 1 dl de água)  
1 dl de água  
10 gemas de ovo  
500 ml de Natas LONGA VIDA  
biscoitos de chocolate moídos q.b  
2 c. de sopa de cacau em pó

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	291,7 kcal	15%*
<b>Proteínas</b>	4,5 g	9%*
<b>Lípidos</b>	7,2 g	10%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	29,0 g	11%*

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

### Preparação

- 1 Demolha as folhas de gelatina em água fria e reserva.
- 2 Mistura o açúcar com o café e o cacau em pó. Leva a lume brando, até levantar fervura.
- 3 Com um batedor de varas, bate as gemas e adiciona-lhes, em fio e mexendo sempre, a mistura de café Sical.
- 4 Leva este preparado ao lume, em banho-maria, até ficar espumoso.
- 5 Retira o preparado do lume e junta-lhe as folhas de gelatina. Mexe até aquelas se dissolverem por completo.

- 6 Bate as natas e envolve-as no creme.
- 7 Verte-o para pequenas formas forradas com película aderente. Leva-as ao congelador, de um dia para o outro.
- 8 Desenforma os parfais e polvilha-os com biscoitos moídos.
- 9 Sugestão: Adiciona, no final do preparado, um cálice de licor de café.