



Receitas de Sobremesas

Doces de Colher

## Parfait de Café

🕒 0 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.