



Receitas em vídeo Sobremesas

## **Aletria**

A aletria é um doce tradicional português, perfeito para o Natal. Descobre os segredos de uma aletria cremosa e deliciosa, com esta receita que te vai guiar passo a passo. Com o sabor inconfundível da canela e do limão, vais surpreender a família com uma aletria caseira, tornando a tua mesa de Natal ainda mais especial.

① 25 min.

Fácil

€ Fconómico

X 6 doses

kJ / 2000 kcal)

## Ingredientes

1 I de leite 300 g de aletria 150 g de açúcar 1 pau de canela 1 casca de limão 6 gemas de ovo canela em pó q.b.

## Informação nutricional

| Energia  | 296,2 kcal | 15%* |
|--|------------|------|
| Proteínas  | 9,1 g      | 18%* |
| Lípidos  | 7,3 g      | 10%* |
| Hidratos de Carbono                                  | 49,2 g     | 19%* |
| *DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 |            |      |

## Preparação

- A origem da Aletria remonta é desconhecida. Hoje faz parte da tradição portuguesa e é feita por todo o país. Mais cremosa ou com consistência para comer à fatia, é um doce presente em muitas mesas de Natal em Portugal. A Aletria da Nestlé é uma receita perfeita para este Natal. Junte esta delícia à sua mesa!Juntar numa caçarola o leite com o açúcar, o pau de canela e a casca de limão; e levar ao lume até ferver.
- 2 Parte-se a aletria e junta-se, mexendo sempre para que não cole.
- 3. Assim que estiver cozida, retirar e acrescentar as gemas (previamente desfeitas num bocadinho de leite).
- Mexer bem e deitar numa travessa ou prato de servir, deixar arrefecer e polvilhar com canela em pó.