



Sobremesas Bolos

## Sonhos de Natal

🕒 27 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 16 doses

### Ingredientes

2,5 dl de água  
125 g de manteiga  
1 casca de limão  
200 g de farinha sem fermento  
5 ovos  
açúcar em pó q.b.  
canela q.b.

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 121,0 kcal | 6%*  |
| <b>Proteínas</b>           | 2,3 g      | 5%*  |
| <b>Lípidos</b>             | 7,8 g      | 11%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 10,2 g     | 4%*  |

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

### Preparação

- 1 Os Sonhos são um doce tipicamente português. No entanto, a sua origem é alemã, criados por um pasteleiro de origem turca com o objetivo de representar o sol. A verdade é que a presença dos Sonhos é imperativa em qualquer livro de receitas de Natal. Sonhos de Abóbora, Sonhos de Cenoura, ou simplesmente Sonhos. A massa frita com o toque de canela são a combinação perfeita para o Natal. Siga a receita de Sonhos da Nestlé e decore a sua mesa de Natal com os Sonhos de que mais gosta. Prepare os sonhos de Natal começando por ferver a água com a manteiga e a casca de limão. Assim que ferver, junte a farinha de uma só vez e mexa bem, deixando cozer a farinha, mas sem queimar.
- 2 Deixe arrefecer a massa, colocando na batedeira, a funcionar em velocidade mínima. Assim que arrefecer, junte os ovos, um a um, batendo bem entre cada adição.
- 3 Aqueça o óleo e, assim que estiver bem quente, deite colheradas da massa dos sonhos de Natal (com a ajuda de 2 colheres), que se vão virando, até alourarem.
- 4 Sirva os sonhos de Natal polvilhados de açúcar e canela ou com uma calda feita com 200g de açúcar, 1 dl de água e a casca de limão (mal ferve retira-se do lume e deixa-se arrefecer).