



Sobremesas Bolos

## Mini Tarteletes de Pêssego

30 min.

Fácil

Económico

4 doses

### Ingredientes

4 chávenas de Cereais FITNESS  
2 c. de sopa de manteiga sem sal  
1 c. de chá de leite  
1 0 iogurte NESTLÉ Grego Natural  
1 c. de sopa de mel  
2 0 pêssegos pequenos  
0 PARA A DECORAÇÃO:  
0 lavanda q.b.  
0 mel q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	406,7 kcal	20%*
<b>Proteínas</b>	8,7 g	17%*
<b>Lípidos</b>	8,8 g	13%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	70,5 g	27%*

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

### Preparação

- 1 Triture os cereais adicione a manteiga amolecida e o leite, mexa até ficar uma massa homogénea. Forre as tarteletes com o preparado anterior e leve ao frigorífico durante meia hora.
- 2 Numa taça adicione o iogurte, o mel e envolva bem. Preencha 1/3 das tarteletes com este preparado.
- 3 Corte o pêssego em fatias e a seguir ao meio e coloque por cima do iogurte. Leve a refrigerar.
- 4 Antes de servir decore com um fio de mel e lavanda.