



Sobremesas Tartes

## Tarte de Cacau com Frutos Vermelhos

🕒 105 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

### Ingredientes

270 g de farinha  
30 g de cacau magro em pó  
1 c. de sopa de creme vegetal  
1 c. de sopa de malte de cevada  
1 pitada de sal fino  
1 ovo biológico pequeno  
1 dl de água  
farinha para polvilhar  
creme vegetal para untar  
Para a massa:  
Para o Recheio:  
2 folhas de gelatina incolor  
2 pudins de baunilha de soja prontos  
2 iogurte NESTLÉ Yaos Grego Natural Magro  
50 g de amoras  
70 g de framboesas  
50 g de mirtilos  
Para a Decoração:  
1 ramo de hortelã  
framboesas

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	343,2 kcal	17%*
<b>Proteínas</b>	9,1 g	18%*
<b>Lípidos</b>	11,4 g	16%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	50,1 g	19%*

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

### Preparação

- 1** Para a massa, misture a farinha com o cacau em pó, o creme vegetal, o malte de cevada, o sal, o ovo e a água. Deixe descansar, por 20 minutos.
- 2** Polvilhe com farinha uma superfície de trabalho e tenda a massa em forma de retângulo, com a ajuda de um rolo de cozinha. Com uma carretilha, corte um retângulo com 35 por 15 cm.
- 3** Unte com creme vegetal e polvilhe com farinha uma forma com 30 por dez cm, forre-a com a massa e leve ao forno a 200° C, durante cerca de 20 minutos. Retire do calor, deixe arrefecer bem e desenforme sobre uma travessa de servir.
- 4** Prepare o recheio, demolhando as folhas de gelatina em água fria, por dois minutos. Escorra-as bem e leve-as ao lume, em banho-maria, mexendo sempre até derreterem por completo. Retire do calor e reserve. Coloque as amoras cortadas ao meio, as framboesas e os mirtilos inteiros sobre a massa e reserve.
- 5** À parte, misture os pudins de baunilha com os iogurtes, com a ajuda de uma vara de arames. Incorpore a gelatina derretida e verta na massa, sobre os frutos vermelhos. Reserve no frio, até solidificar bem. Antes de servir, decore a tarte com a hortelã e framboesas e corte-a em fatias.