

Sobremesas Doces de Colher

Manjar de Coco

45 min. Fácil Moderado 12 doses

Ingredientes

1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
200 ml de leite de coco
200 ml de leite de vaca
200 ml de água
10 folhas de gelatina neutra
250 g de ameixa seca com caroço
1 chávena de açúcar
2 chávenas de água

Informação nutricional

Energia	235,1 kcal	12%*
Proteínas	4,9 g	10%*
Lípidos	6,0 g	9%*
Hidratos de Carbono	41,0 g	16%*

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

Preparação

1. Modo de Preparação do pudim:
2. Dissolva a gelatina no copo de água morna.
3. Bata o leite condensado, o leite de coco, leite de vaca, bata com a varinha ou batedeira, depois coloque a gelatina que dissolveu na água (atenção, é para se colocar a gelatina e a água). Bata muito bem e coloque numa forma untada a óleo (untar a óleo facilita o desenformar).
4. Leve ao frigorifico até a gelatina endurecer.
5. Modo de Preparação da calda de ameixa:

6 Levar as ameixas, água e açúcar ao lume, deixar ferver até formar uma calda rala (a calda engrossa mais depois de fria)

7 Está Pronto. Desenforme o manjar e verta por cima a calda de ameixa.