



Sobremesas

Doces de Colher

Cheesecake Soufflé de Leite Condensado

🕒 60 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 8 doses

Ingredientes

PARA O CHEESECAKE:

1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

200 g de queijo creme, à temperatura ambiente

5 ovos

PARA O COULIS:

150 g de frutos vermelhos

2 c. de sopa de açúcar

1/2 chávena de água

Informação nutricional

Energia	274,4 kcal	14%*
Proteínas	9,0 g	18%*
Lípidos	12,1 g	17%*
Hidratos de Carbono	31,5 g	12%*

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

Preparação

- 1 Para o Cheesecake: Untar forma de fundo amovível (20cm) com manteiga. Forrar a base com papel vegetal e de seguida forrar a lateral com uma faixa de papel vegetal mais alta do que a forma (cerca de 2cm).
- 2 Envolver a parte exterior da forma em papel alumínio, de forma a não entrar água na base durante o banho maria.
- 3 Preparar um tabuleiro maior do que a forma e reservar.
- 4 Ligar o forno a 180°C.
- 5 Separar as gemas das claras.

- 6 Bater o queijo creme até ficar macio.
- 7 Juntar o leite condensado e bater cerca de 1 minuto, até ficar homogêneo.
- 8 Incorporar as gemas e bater cerca de 2 minutos.
- 9 Bater as claras até ficarem firmes.
- 10 Juntar 1/3 das claras à mistura de gemas e misturar bem com uma vara de arames.
- 11 Por fim envolver delicadamente as restantes claras, fazendo movimentos circulares, de baixo para cima, até ficar homogêneo e colocar na forma.
- 12 Colocar a forma no centro do tabuleiro e juntar água bem quente até perfazer cerca de 2 cm da altura da forma.
- 13 Levar ao forno a 160°C cerca de 40 minutos, ou até ficar meio firme ao toque. Deixar arrefecer dentro do forno. Levar umas horas ao frigorífico, idealmente uma noite.
- 14 Servir com o coulis de frutos.
- 15 Para o Coulis: Levar ao lume uma panelinha com os frutos vermelhos, o açúcar e a água e deixar cozer até os frutos se desfazerem e obter uma consistência de doce. Triturar os frutos se preferir um molho mais liso.