

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 180ºC.
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 homogéneo.

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 homogéneo 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 160ºC 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.