



Receitas em vídeo

Sobremesas

Pavlova de Leite Condensado, Banana e Amendoim

40 min.

Fácil

Económico

8 doses

Ingredientes

4 ovos
200 g de açúcar
1 lata de Leite Condensado Cozido NESTLÉ
1 embalagem de Natas LONGA VIDA
1 banana
50 g de amendoins torrados
50 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
flor de sal q.b.

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 438,4 kcal | 22%* |
| Proteínas | 7,9 g | 16%* |
| Lípidos | 11,3 g | 16%* |
| Hidratos de Carbono | 64,6 g | 25%* |

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

Preparação

- 1 Pré-aqueça o forno a 140°C.
- 2 Separe as gemas das claras. Bata as claras numa batedeira e vá juntando o açúcar aos poucos até obter um merengue bem firme.
- 3 Forre um tabuleiro com papel vegetal e faça um círculo de 16cm de diâmetro.
- 4 Distribua o merengue igualmente por todo o círculo e leve ao forno durante 2 horas.
- 5 Deixe o merengue arrefecer completamente no forno.

- 6 Entretanto, numa batedeira, misture o leite condensado com as gemas. Reserve.
- 7 Bata as natas até obter chantilly e reserve no frigorífico.
- 8 Para montar a pavlova, distribua o leite condensado por cima do merengue.
- 9 Cubra com a banana cortada em fatias finas, seguido do chantilly.
- 10 Polvilhe com os amendoins torrados, o chocolate preto em lascas e com uma pitada de flor de sal. Sirva bem frio.