Receitas em vídeo | Sobremesas

# Pudim Tradicional

60 min. | Fácil | Económico | 4 doses

## Ingredientes

2 ovos
10 gemas de ovo
220 g de açúcar
1 laranja
500 ml de leite
30 ml de vinho do porto
1 c. de chá de aroma de baunilha
2 c. de sopa de amido de milho
PARA O CARAMELO:
250 g de açúcar
60 ml de água

## Informação nutricional

| | | |
|---|---|---|
| **Energia** | 699,3 kcal | 35%* |
| **Proteínas** | 12,7 g | 25%* |
| **Lípidos** | 15,6 g | 22%* |
| **Hidratos de Carbono** | 125,7 g | 48%* |

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

## Preparação

1. Separe as gemas das claras.
2. Bata bem as gemas e os ovos com o açúcar até obter um creme fofo e esbranquiçado.
3. Adicione a raspa e sumo de laranja, o leite, o aroma de baunilha e o vinho do Porto.
4. Junte, por fim, o amido de milho peneirado e bata um pouco em velocidade baixa.

5. Para o caramelo, coloque o açúcar e a água num tachinho, em lume alto, até começar a ganhar cor e o açúcar estar completamente dissolvido.

6. Com cuidado, cobra uma forma de pudim com o carmelo, uniformemente.

7. Verta o líquido por cima do caramelo, previamente passado por um passador e tape.

8. Coloque a forma dentro de um tachinho com água no fundo e deixe cozinhar em lume brando durante 40 minutos. (Vá verificando de vez em quando, para que o tacho não fique sem água e queime.)