



Sobremesas

Sem Lactose

## Azevias de Grão

As azevias são uma receita de Natal muito apreciada pela maioria das pessoas. A receita das Azevias costuma passar de geração em geração e está quase sempre presente numa típica mesa de doces de Natal portuguesa.

Considera-se que a receita original das azevias nasceu na região do Alentejo e daí seguiu para o resto do país. Hoje em dia, já com mais variantes da receita original, as azevias são apreciadas ao longo de todo o ano, mas em especial na quadra do Natal. As mais famosas são as azevias de grão de bico e as de batata doce.

🕒 60 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

### Ingredientes

#### PARA O RECHEIO:

500 g de açúcar  
6 gemas de ovo  
150 g de puré de grão  
raspa de 1/2 limão

#### PARA A MASSA:

600 g de farinha sem fermento  
80 g de manteiga sem sal  
300 ml de água  
1 cálice de aguardente  
1 pitada de sal  
50 ml de azeite  
óleo para fritar q.b.  
açúcar para polvilhar q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	1002,5 kcal	50%*
<b>Proteínas</b>	14,9 g	30%*
<b>Lípidos</b>	28,9 g	41%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	165,0 g	63%*

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

### Preparação

- 1 Comece por preparar o recheio. Com a ajuda de um passe vitae passe o grão até formar o puré de grão. Num tacho, misture o açúcar com 300ml de água. Leve ao lume deixando ferver cerca de 1 minuto. Retire e junte o puré de grão.
- 2 Mexa bem e adicione as gemas batidas e a raspa de limão. Leve novamente ao lume e deixar ferver em lume brando até ficar um creme mais espesso.

- 3 Para a massa, comece por amassar muito bem a farinha com a manteiga, a água, a aguardente e o sal.
- 4 Amasse muito bem e acrescente o azeite, amassando mais um pouco.
- 5 Com a ajuda de um rolo de massa, estenda a massa até ficar bem fina. Coloque sobre ela pequenos montes do creme que já deve estar frio.
- 6 Corte a massa em círculos e dobre a massa conforme de um rissol se trata-se.
- 7 Leve a fritar em óleo bem quente, retire e coloque sobre papel absorvente. Ainda quentes polvilhe com açúcar.