



Sobremesas Bolos

## Argolas de Leite Condensado

🕒 30 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

### Ingredientes

200 g de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
2 ovos  
50 ml de óleo  
16 g de levedura em pó  
raspas de 1 limão  
raspas de 1 laranja  
400 g de farinha  
açúcar para a cobertura q.b.  
óleo para fritar q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	336,5 kcal	17%*
<b>Proteínas</b>	6,9 g	14%*
<b>Lípidos</b>	12,9 g	18%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	47,9 g	18%*

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

### Preparação

- 1 Numa batedeira misture bem o leite condensado, o óleo, os ovos e as raspas de laranja e limão até obter uma massa homogénea;
- 2 Incorpore pouco a pouco a farinha peneirada e o fermento. Misture tudo muito bem até obter uma massa fina;
- 3 Forme pequenas bolas e faça-lhes um buraco no meio com o dedo;
- 4 Frite-as no óleo em lume medio, colocando-as depois sobre papel absorvente para retirar o excesso de gordura;
- 5 Cubra-as com açúcar.