



Sobremesas Tartes

## Queijadinhas da Ilha

🕒 45 min. 📌 Fácil 🏠 Económico 🍴 10 doses

### Ingredientes

4 ovos  
250 g de coco seco ralado  
50 g de amêndoa picada  
4 c. de sopa de queijo da ilha (ralado)  
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	355,1 kcal	18%*
<b>Proteínas</b>	8,7 g	17%*
<b>Lípidos</b>	24,4 g	35%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	22,3 g	9%*

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

### Preparação

- 1 Coloque os ingredientes no liquidificador pela ordem indicada e bata bem durante 3 minutos.
- 2 Coloque forminhas de papel dentro de formas de queques.
- 3 Despeje a massa nas forminhas e distribua-as num tabuleiro.
- 4 Leve ao forno quente (200°C) durante cerca de 35 minutos.
- 5 Retire do forno e sirva depois de frias, nas forminhas de papel.