

Sobremesas Doces de Colher

Creme de Caramelo

25 min. Fácil Económico 8 doses

Ingredientes

1 lata de Leite Condensado Cozido NESTLÉ
4 ovos
2 folhas de gelatina
1 embalagem de Natas LONGA VIDA

Informação nutricional

Energia	259,3 kcal	13%*
Proteínas	6,0 g	12%*
Lípidos	6,0 g	9%*
Hidratos de Carbono	33,7 g	13%*

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

Preparação

1. Deite o leite condensado cozido numa taça e bata até ficar cremoso.
2. Junte as gemas e bata até ficar um creme homogéneo.
3. Junte as Natas e mexa.
4. Demolhe as folhas de gelatina durante 10 minutos e passe-as por uma frigideira, com um pouco de água, em lume brando até derreterem.
5. Junte-as ao preparado anterior, mexendo sempre.
6. Bata as claras em castelo e junte ao creme envolvendo cuidadosamente.
7. Leve ao frio no mínimo por duas horas.