



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

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 259,3 kcal | 13%* |
| <b>Proteínas</b>           | 6,0 g      | 12%* |
| <b>Lípidos</b>             | 6,0 g      | 9%*  |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 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.