

Receitas em vídeo | Sobremesas

Panquecas Americanas

As receitas de panquecas estão presentes na cultura de vários povos desde a idade da pedra. Embora pouco reconhecíveis como as receitas de panquecas típicas que cozinhamos hoje, alguns tipos de bolos fritos, baseados em amido, foram confecionados desde que o homem desenvolveu ferramentas de moagem.
Assumiram ao longo do tempo uma variedade de formas, tamanhos e nomes diferentes, mas a sua receita base e preparação manteve-se inalterada. Tradicionalmente as panquecas são feitas de uma massa à base de amido, muitas vezes uma combinação de farinha, ovos, leite e manteiga, e cozidos em uma grelha plana ou panela. Os romanos e gregos adoçavam as panquecas com mel. Nos tempos modernos, as receitas de panquecas podem ser encontradas em diversas formas nas cozinhas europeias, americanas, africanas e asiáticas. As receitas de panquecas tornaram-se um alimento tradicional da celebração da terça-feira de carnaval na cultura anglo-saxónica – Estados Unidos da América e Reino Unido. Apresentamos aqui a receita de panquecas americanas tradicional.

30 min. | Fácil | Económico | 8 doses

Ingredientes

2 chávenas de chá de farinha de trigo
1 chávena de chá de leite
1 c. de sopa de açúcar
5 c. de sopa de manteiga
3 ovos
1 c. de chá de fermento em pó
manteiga para untar
2 c. de sopa de Leite Condensado Cozido NESTLÉ
2 c. de sopa de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

Informação nutricional

Energia	212,8 kcal	11%*
Proteínas	5,0 g	10%*
Lípidos	8,7 g	12%*
Hidratos de Carbono	28,1 g	11%*

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

Preparação

1. Numa taça, comece por bater os ovos.
2. De seguida misture o leite, junte a farinha, o fermento, o açúcar e mexa.

3 Acrescente a manteiga derretida e o sal e bata tudo durante um minuto até ter um creme homogéneo.

4 Leve ao lume uma frigideira untada com manteiga e, quando estiver um pouco aquecida, comece a fazer as panquecas americanas.

5 Deixe dourar de um lado e vire.

6 Sirva as panquecas americanas ainda quentes e barre com o Leite Condensado Cozido ou com o Leite Condensado Tradicional. Agora tem a solução ideal com o Topping de Leite Condensado Nestlé.

7 Aproveite e veja também as outras receitas Nestlé de panquecas que temos para si. Receitas mais simples e mais elaboradas. Com chocolate, compota ou fruta. É só escolher. Bom apetite.