



Sobremesas

Doces de Colher

## Arroz Condé Merengado

🕒 20 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 8 doses

### Ingredientes

250 g arroz carolino  
250 g açúcar  
2 cascas de limão  
2 paus de canela  
60 g manteiga  
8 gemas de ovo  
sal q.b.  
4 claras de ovo  
1 lata de pêsego em calda  
1 l de água  
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	485,7 kcal	24%*
<b>Proteínas</b>	8,6 g	17%*
<b>Lípidos</b>	15,2 g	22%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	80,5 g	31%*

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

### Preparação

- 1 Ferva o arroz durante 8 minutos em água abundante. Passe por água fria e escorra.
- 2 Leve ao lume, num tacho, o Leite Condensado NESTLÉ com 1 litro de Água Mineral, as cascas de limão e a canela.
- 3 Quando levantar ferver, deite o arroz e o sal e deixe cozer em lume brando durante 20 minutos.
- 4 Fora do lume, junte as gemas e a manteiga. Deite o arroz em taças e enfeite com merengue.

- 5 Para fazer o Merengue: Bata as claras e quando estiverem meio batidas deite um pouco de açúcar, continuando a bater, até formar castelo forte. De seguida, junte o restante açúcar e fica pronto.