



Sobremesas Bolos

Folar da Páscoa

🕒 50 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

Ingredientes

100 g de Leite Condensado Magro NESTLÉ
10 g de fermento de padeiro
300 g de farinha
2 ovos
125 g de manteiga
manteiga para untar q.b.

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 425,6 kcal | 21%* |
| Proteínas | 8,4 g | 17%* |
| Lípidos | 21,6 g | 31%* |
| Hidratos de Carbono | 48,4 g | 19%* |

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

Preparação

- 1 Para começar a preparar o folar da Páscoa, leve o leite condensado ao lume e deixe amornar.
- 2 Retire, junte-lhe o fermento e mexa para que fique bem dissolvido.
- 3 Deite a farinha num recipiente e abra uma cavidade no meio.
- 4 Deite aí o leite com o fermento, os ovos e a manteiga e misture bem.
- 5 Trabalhe bem a massa até se descolar da tigela e das mãos.
- 6 Forme uma bola com a massa, cubra-a com película aderente e deixe-a levedar até duplicar o volume.

- 7 Depois volte a trabalhá-la e faça com ela dois rolos iguais em comprimento e espessura.
- 8 Entrelace os dois rolos em corda e feche-os em forma de coroa.
- 9 Coloque-os no tabuleiro untado com manteiga e deixe levedar durante 30 minutos.
- 10 Pincele com ovo batido, coloque os ovos cozidos no centro do folar da Páscoa e leve ao forno durante 40 minutos, a 200°.
- 11 A meio da cozedura reduza o forno para 180°.
- 12 Retire o folar e deixe arrefecer.