



Sobremesas

Doces de Colher

Farófias com Creme de Limão

🕒 35 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

Ingredientes

- 1 l de leite
- 6 claras de ovo
- 1 pitada de sal
- 75 g de açúcar
- 1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
- 6 gemas de ovo
- 10 g de raspa de casca de limão

Informação nutricional

Energia	393,7 kcal	20%*
Proteínas	15,1 g	30%*
Lípidos	12,9 g	18%*
Hidratos de Carbono	54,8 g	21%*

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

Preparação

- 1 Leve o leite ao lume e deixe-o ferver. Reduza o lume.
- 2 Bata as claras em castelo com o sal e junte-lhes o açúcar, pouco a pouco, batendo sempre até que fiquem brilhantes.
- 3 Deite colheradas de claras no leite a ferver e deixe-as cozer 1 minuto de cada lado. Retire-as com uma escumadeira e coloque-as sobre um pano. Repita a operação até esgotar as claras.
- 4 Prepare o creme. Deite o leite condensado num tacho, junte as gemas e mexa. Adicione 1 medida (da lata) do leite de cozer as farófias, previamente coado, misture e leve a lume brando, sem parar de mexer.
- 5 Logo que comece a querer ferver retire do lume, misture a raspa de um limão, mexa bem e deixe arrefecer.

- 6 Depois de frio, sirva com as farófias numa taça.
- 7 Sugestão do Chefe: Sirva as farófias dentro de uma taça feita com fios de caramelo.
- 8 Leve ao lume 100 g de açúcar, junte uma colher (sopa) de água e deixe ferver até a calda atingir o ponto de caramelo. Retire e deixe arrefecer um pouco.
- 9 Unte uma tigela com óleo, mergulhe um garfo no caramelo e deixe cair fios de caramelo sobre a tigela untada. Quando a tigela estiver bem coberta de fios, desenforme.
- 10 Deite-lhe dentro as farófias e sirva com o molho.