

Sobremesas Sem Lactose

Biscoitos Almendrados

25 min. Fácil Económico 12 doses

Ingredientes

250 g de amêndoa sem pele (moída)
250 g de açúcar
2 c. de sopa de farinha
3 claras de ovo

Informação nutricional

Energia	221,1 kcal	11%*
Proteínas	5,2 g	10%*
Lípidos	11,9 g	17%*
Hidratos de Carbono	23,7 g	9%*

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

Preparação

1. Bata muito bem o açúcar com as claras.
2. Adicione a amêndoa, batendo sempre.
3. Junte a farinha mexendo até obter uma massa homogénea.
4. 4 Depois de tudo bem amassado e ligado, faça os biscoitos com o feitio de bolacha.
5. Disponha os biscoitos num tabuleiro bem untado com manteiga e leve-os ao forno até dourarem.