

Sobremesas Sem Lactose

Suspiros de Café

15 min. Fácil Económico 10 doses

Ingredientes

1 dl de clara de ovo
225 g de açúcar (em pó)
2 c. de chá de café SICAL 5 Estrelas
2/3 gotas de sumo de limão

Informação nutricional

Energia	88,4 kcal	4%*
Proteínas	0,1 g	0%*
Lípidos	0,0 g	0%*
Hidratos de Carbono	22,3 g	9%*

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

Preparação

1. Bate as claras com o açúcar até ficarem bem firmes.
2. Junta o café moído.
3. Tender com saco pasteleiro e boquilha num tabuleiro, forrado com papel vegetal.
4. Aquece o forno a 140ºC.
5. Leva ao forno durante 30 minutos.
6. Retira do forno, deixa arrefecer e descola do papel.