



Sobremesas Bolos

Areias de Doce de Leite

30 min.

Fácil

Económico

16 doses

Ingredientes

425 g de farinha
150 g de açúcar
200 g de banha
raspa da casca de 1 limão
75 g de gengibre ralado (fresco)

Informação nutricional

Energia	244,5 kcal	12%*
Proteínas	2,2 g	4%*
Lípidos	12,8 g	18%*
Hidratos de Carbono	29,9 g	11%*

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

Preparação

- 1 Aqueça o forno a 180°C.
- 2 Peneire a farinha com o açúcar em monte sobre a bancada da cozinha.
- 3 Faça uma cova no meio, deite a banha, a raspa da casca de limão e o gengibre.
- 4 Trabalhe a massa em areia, só com a ponta dos dedos e depois molde em bola, apertando a massa.
- 5 Com a ajuda de farinha, tenda a massa em bolinhas do tamanho de uma noz.
- 6 Coloque as bolinhas de massa num tabuleiro ligeiramente untado e polvilhado com farinha.
- 7 Leve ao forno, devendo as areias ficar muito claras.

