

Pequenos-Almoços

Mini Cheesecakes na Air Fryer

7 min. Fácil Económico 2 doses

Ingredientes

1 lata Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

100 g Queijo creme

1 ovo

20 g de Queijo Parmesão ralado

Informação nutricional

Energia	0,0 kcal	0%*
Proteínas	0,0 g	0%*
Lípidos	0,0 g	0%*
Hidratos de Carbono	0,0 g	0%*

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

Preparação

1. 1. Adicione todos os ingredientes numa taça e bata com a ajuda de uma vara de cozinha ou batedeira.
2. 2. Distribua a mistura em dois recipientes adequados para a Air Fryer (8-9cm de diâmetro x 5 cm de altura é o tamanho recomendado) untados ou forrados com papel vegetal para que possam ser facilmente desenformados.
3. 3. Leve à Air Fryer a 160ºC (2000W) durante 7 minutos.
4. 4. Deixe arrefecer à temperatura ambiente durante pelo menos 30 minutos. Sirva de imediato ou guarde refrigerado até consumir.