



Sobremesas Vegan

Flan de Baunilha Vegan

🕒 5 min.

👤 Fácil

💰 Económico

✂️ 12 doses

Ingredientes

1 lata de Preparado para Sobremesas Vegan NESTLÉ
700 ml de água
4 g de ágar-ágar em pó
25 g de caramelo líquido
20 g de farinha de milho
1 c. de chá de essência de baunilha

Informação nutricional

Energia	115,6 kcal	6%*
Proteínas	0,9 g	2%*
Lípidos	2,7 g	4%*
Hidratos de Carbono	22,0 g	8%*

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

Preparação

Deitar o caramelo nas formas.

- 2 Aquecer, numa caçarola, 650 ml de água, o Preparado para Sobremesas Vegan Nestlé, a baunilha e o ágar-ágar.
- 3 Deixar ferver e cozinhar mexendo de vez em quando cerca de 5 minutos em lume brando.
- 4 Diluir a farinha de milho no resto da água, incorporar na mistura anterior e deixar cozinhar mais 1 minuto até engrossar.
- 5 Deitar nas formas. Refrigerar no mínimo duas horas.