



Sobremesas Bolos

## Bolachas de Natal NESTUM Mel

🕒 25 min.

👉 Fácil

👉 Económico

👉 12 doses

### Ingredientes

100 g de NESTUM Mel com Cereais Integrais  
150 g de farinha de trigo  
80 g de açúcar amarelo  
100 g de manteiga  
1 ovo  
PARA O GLACÊ  
1 clara de ovo  
200 g de açúcar em pó

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	233,0 kcal	12%*
<b>Proteínas</b>	2,2 g	4%*
<b>Lípidos</b>	7,5 g	11%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	39,2 g	15%*

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

### Preparação

- 1 Junta todos os sólidos e mistura;
- 2 Acrescenta a manteiga à temperatura ambiente e o ovo;
- 3 Amassa bem e deixa repousar por 30 minutos;
- 4 Faz pequenas bolinhas achatadas ou estende a massa e corta com formas natalícias.
- 5 Se te apetecer podes ainda decorar com um glacê.

6 Para fazer o glacê bate em castelo 1 clara e junta 200 g de açúcar em pó.

7 Coloca a mistura num saco de pasteleiro e decora