

Para mamãs e bebés | Sobremesas

Tarte de Framboesa com Compota de Groselha e Maçã

45 min. | Fácil | Económico | 8 doses

Ingredientes

1 base de tarte
300 g de framboesas
250 g de morangos
2 maçãs
150 g de açúcar amarelo
chantilly q.b.

Informação nutricional

Energia	112,4 kcal	6%*
Proteínas	0,6 g	1%*
Lípidos	1,3 g	2%*
Hidratos de Carbono	24,3 g	9%*

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

Preparação

1. Pré-aquece o forno a 200°C.
2. Coloca a base da tarte na tarteira sem retirar o papel vegetal. Leva ao forno conforme as instruções da embalagem.
3. Lava as framboesas. Descasca e corta em pedaços as maçãs. Coze em lume brando as groselhas, maçãs e açúcar amarelo cerca de 15 minutos.
4. Forra a base da tarte com a compota de groselha e maçã. Deixa arrefecer cerca de 15 minutos e junta as framboesas.
5. Serve imediatamente com o chantilly.
6. Sugestão: Podes substituir o chantilly por pistáchios picados.

7 A introdução de alimentos novos na alimentação do bebé deve respeitar o aconselhado pelo respetivo Pediatra.