



Para mamãs e bebês

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

|                            |            |     |
|----------------------------|------------|-----|
| <b>Energia</b>             | 112,4 kcal | 6%* |
| <b>Proteínas</b>           | 0,6 g      | 1%* |
| <b>Lípidos</b>             | 1,3 g      | 2%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 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.