



Pratos Principais

Acompanhamentos

Batatas Duquesas

🕒 25 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

Ingredientes

125 g de puré de batata instantâneo
400 ml de leite meio gordo
1 gema de ovo para pincelar
sal
20 g de manteiga
pimenta branca
noz moscada

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 106,8 kcal | 5%* |
| Proteínas | 3,7 g | 7%* |
| Lípidos | 6,8 g | 10%* |
| Hidratos de Carbono | 7,9 g | 3%* |

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

Preparação

- 1 Pré-aquecer o forno com o modo de ar quente circulante.
- 2 Preparar o de puré de batata instantâneo, segundo as instruções presentes na embalagem.
- 3 Misturar o puré de batata com manteiga, uma pitada de sal, pimenta e noz moscada a gosto. Reservar.
- 4 Colocar o puré num saco de pasteleiro com bico estrela e sobre um tabuleiro próprio para o forno, com papel vegetal, formar pequenos montinhos. Pincelar cada montinho com gema de ovo.
- 5 Gratinar durante 6 a 8 minutos até que as batatas duquesas comecem a alourar.