



Receitas de Sobremesas

Receitas de bolos

## Queques de Nesquik com Creme de iogurte e Frutos Vermelhos

🕒 40 min.

👤 Fácil

€ Económico

✂️ 18 doses

## Ingredientes

Queques:

- 250 g de açúcar
- 125 g de Nesquik All Natural Achocolatado em pó
- 50 g de manteiga à temperatura ambiente
- 2 ovos
- 250 ml de leite
- 260 g de farinha T55 c/ fermento (farinha para bolos)
- 100 g de framboesas

Creme:

- 250 g de iogurte grego YAOS
- 100 g de Nata LONGA VIDA
- 1 c. de sopa de açúcar de confeiteiro
- 150 g de frutos vermelhos

## Informação nutricional

<b>Energia</b>	181,4 kcal	9%*
<b>Proteínas</b>	3,2 g	6%*
<b>Lípidos</b>	5,0 g	7%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	27,5 g	11%*

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

## Preparação

**1** Queques:

Pré-aquece o forno a 180°C.

**2** Coloca todos os ingredientes (à exceção da farinha e das framboesas) no liquidificador e tritura durante 1 minuto (em alternativa podes usar a varinha mágica).

**3** Junta a farinha e pulsa até ser absorvida pela massa. Desliga o liquidificador e acrescenta as framboesas, com a ajuda de uma colher envolve na mistura.

**4** Unta as formas para queques e enche-as até 2/3 da altura com a preparação.

**5** Leva ao forno pré-aquecido durante 18 minutos.

**6** Deixa arrefecer um pouco dentro das formas antes de desenformar. Coloca-os depois sobre uma grelha para arrefecerem totalmente.

**7** Finaliza, colocando o creme de frutos vermelhos por cima dos queques.

**8** Creme:

Bate as natas juntamente com o açúcar até dobrar o volume. Noutra tigela, bate o iogurte. Depois acrescenta as natas ao iogurte, suavemente, em movimentos envolventes, até obter um creme homogéneo.

**9** Acrescenta os frutos vermelhos aos poucos e com movimentos envolventes até conseguires integrá-los.

**10** Reserva alguns frutos vermelhos para decorar.

**11** Finaliza, colocando o creme de frutos vermelhos por cima dos queques.