



Sobremesas

Bolos

Bolachinhas de Batata com Nozes e Canela

🕒 10 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

Ingredientes

125 g de puré de batata instantâneo
50 ml de leite
1 ovo
50 g de manteiga à temperatura ambiente
1 c. de sobremesa de canela para a massa + 1 c. de sopa de canela para polvilhar
30 g de nozes picadas
30 g de açúcar
açúcar em pó q.b.

Informação nutricional

Energia	170,4 kcal	9%*
Proteínas	2,5 g	5%*
Lípidos	12,0 g	17%*
Hidratos de Carbono	12,8 g	5%*

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

Preparação

- 1 Pré-aquece o forno a 220°.
- 2 Coloca numa tigela o leite, o ovo, a manteiga, a canela, o açúcar e as nozes e mistura tudo.
- 3 De seguida, junta os flocos do puré de batata e mistura. Amassa com as mãos a mistura até que todos os ingredientes estejam incorporados.
- 4 Coloca a massa numa folha de papel vegetal (própria para forno) e estende-a com a ajuda de um rolo de cozinha. Forma bolachas com a ajuda de um molde.
- 5 Deixa as bolachas repousar cerca de 15 minutos e leva-as ao forno por 10-12 minutos.

6 Retira-as do formo e deixa arrefecer.

7 Polvilha com o açúcar em pó e a canela.