



Sobremesas

Doces de Colher

Semi-Frio de Morangos com Waffles

60 min.

Fácil

Económico

6 doses

Ingredientes

- 1 embalagem waffles com 8 unidades
- 3 embalagens de Natas LONGA VIDA
- 1 lata Leite Condensado Cozido NESTLÉ
- 6 folhas gelatina incolor
- 1 c. de chá de água
- 2 saquetas gelatina sabor morango
- 500 ml de água a ferver
- 500 ml de água
- morangos q.b.

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 649,3 kcal | 32%* |
| Proteínas | 24,6 g | 49%* |
| Lípidos | 6,7 g | 10%* |
| Hidratos de Carbono | 77,3 g | 30%* |

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

Preparação

- 1 Colocar as Waffles ou fatias de torta com recheio de morango para cobrir o fundo da base de um pirex ou tabuleiro.
- 2 Fazer a gelatina conforme as instruções da embalagem e reservar no frio. Batem-se os 3 pacotes de natas, até ficarem sólidas, adiciona-se a lata de leite condensado e volta bater.
- 3 Colocam-se as 6 folhas de gelatina em água até amolecerem, mais ou menos 5/7 minutos e vai ao lume brando com uma colher de chá de água fria a aquecer até derreterem.
- 4 Juntam-se rapidamente ao preparado das natas com o leite condensado.

5

Depois de tudo bem misturado, verte-se tudo sobre as waffles ou as fatias de torta de morango e vai ao frio durante 30 min.

- 6 Preparam-se os morangos, lavando-os e cortando- os em rodela.
- 7 Quando sentir que as natas já se encontram solidificadas, tiram-se do frigorífico e com cuidado colocamos os morangos e de seguida, a gelatina (quando esta estiver a começar a querer ganhar a típica película) com muito cuidado, para que estes não se misturem com as natas.
- 8 Volta a ir ao frio até ficar consistente.
- 9 Opcional - Se pretenderem poderão sempre voltar a colocar mais uma camada de natas e mais morangos e deixar a gelatina por dentro. (Foi o que fiz)