

PUDIM DE CHOCOLATE COM NOZES

INGREDIENTES:

1 RECEITA DE LEITE CONDENSADO DIET
3 OVOS
2 XÍCARAS (CHÁ) DE LEITE DESNATADO
1 COLHER (SOPA) DE LEITE DESNATADO EM PÓ
1 XÍCARA (CHÁ) DE NOZES
2 COLHERES (SOPA) DE CAPUCCINO SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR
MARGARINA PARA UNTAR

CALDA:

1 XÍCARA (CHÁ) DE LEITE DESNATADO
3 COLHERES (SOPA) DE ACHOCOLATADO DIET
1/2 COLHER (SOPA) DE AMIDO DE MILHO
1 COLHER (CHÁ) DE MARGARINA LIGHT
3 NOZES DIVIDIDAS AO MEIO PARA DECORAR
10G. DE GRÃOS DE CAFÉ PARA DECORAR

MODO DE PREPARO:

1. BATA NO LIQUIDIFICADOR O LEITE CONDENSADO, OS OVOS, O LEITE DESNATADO, O LEITE EM PÓ, AS NOZES E O CAPUCCINO.
2. UNTE COM MARGARINA UMA FÔRMA PRÓPRIA PARA PUDIM, COLOQUE A PREPARAÇÃO E LEVE AO FORNO PRÉ-AQUECIDO (180°C) EM BANHO-MARIA POR APROXIMADAMENTE 40 MINUTOS OU ATÉ QUE, ENFIANDO UM PALITO, ESTE SAIA LIMPO.
3. ESPERE AMORNAR, DESENFORME E LEVE À GELADEIRA.

CALDA:

1. MISTURE O LEITE DESNATADO, O ACHOCOLATADO, O AMIDO DE MILHO, A MARGARINA E LEVE AO FOGO, MEXENDO ATÉ QUE A CALDA ENGROSSE LEVEMENTE.
2. RETIRE DO FOGO, ESPERE ESFRIAR E LEVE À GELADEIRA.
3. CUBRA O PUDIM COM A CALDA GELADA E ENFEITE COM NOZES E GRÃOS DE CAFÉ.

Fonte: ANAD