

## **TORTA HOLANDESA LIGHT (SEM AÇÚCAR)**

### **INGREDIENTES**

#### **TORTA:**

1 EMBALAGEM DE **MISTURA PARA BOLO LIGHT LOWÇUCAR SABOR BAUNILHA**  
1 EMBALAGEM DE **PÓ PARA PREPARO DE LEITE CONDENSADO SEM AÇÚCAR LOWÇUCAR(200G)**  
8 UNIDADES DE **WAFER LOWÇUCAR SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR SABOR CHOCOLATE**  
1KG DE CHANTILLY SEM AÇÚCAR  
1 COLHER (CAFÉ) DE **ADOÇANTE STEVA PLUS LOWÇUCAR**  
1 EMBALAGEM DE GELATINA INCOLOR E SEM SABOR (12G)  
½ XÍCARA (CHÁ) DE ÁGUA

#### **COBERTURA:**

200G DE CHOCOLATE AO LEITE DIET  
1 EMBALAGEM DE CREME DE LEITE LIGHT (200G)

#### **MODO DE PREPARO**

**TORTA:** NA BATEDEIRA DESPEJE O CHANTILLY, O ADOÇANTE E BATA ATÉ DAR CONSISTÊNCIA. PREPARE O LEITE CONDENSADO CONFORME AS INSTRUÇÕES DA EMBALAGEM, HIDRATE A GELATINA NA ÁGUA E LEVE AO MICROONDAS POR 20 SEGUNDOS, DEPOIS DEIXE ESFRIAR UM POUCO E MISTURE-OS AO CHANTILLY, BATA POR MAIS DOIS MINUTOS E RESERVE. PREPARE O BOLO E LEVE A MASSA PARA ASSAR. TIRE DO FORNO PARA ESFRIAR.

**MONTAGEM:** FORRE O FUNDO DE UMA FÔRMA DE FUNDO REMOVÍVEL DE 25CM DE DIÂMETRO COM UMA CAMADA BEM FINA DE BOLO, E NAS LATERAIS COLOQUE OS BISCOITOS ABERTOS AO MEIO, DEIXANDO A PARTE DO CHOCOLATE PARA FORA. ESPALHE O CREME (PREPARADO NO INÍCIO) SOBRE O BOLO E ALTERNE CAMADAS DE BOLO E CREME. EM SEGUIDA, COLOQUE UM FILME PLÁSTICO COBRINDO A ASSADEIRA E LEVE AO CONGELADOR POR 4 HORAS.

**COBERTURA:** DERRETA O CHOCOLATE EM BANHO-MARIA OU NO MICROONDAS E MISTURE COM O CREME DE LEITE LIGHT. DEIXE AMORNAR E DISTRIBUA SOBRE A TORTA, DESENFORME E SIRVA NO DIA SEGUINTE.

DICA: AO BATER O CHANTILLY, DESLIGUE A BATEDEIRA VÁRIAS VEZES PARA OBSERVAR O PONTO, PARA NÃO PASSAR DO DESEJADO.

**RENDIMENTO:** 17 PORÇÕES DE 120G

#### **INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS POR PORÇÃO:**

CALORIAS: 403,6KCAL  
CARBOIDRATOS: 29,2G  
PROTEÍNAS: 7,6G  
LIPÍDEOS: 30G

*Fonte: ANAD*