

**LEITE CREME** 8 porções**INGREDIENTES**

- 1 L de Leite Magro ou Bebida Vegetal não adoçada
- 45 gramas de farinha maizena
- 2 cascas de limão
- Q.B. de baunilha em pó
- Q.B. de canela moída + 1 pau de canela
- 25 gramas de xilitol
- 6 gemas de ovo

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Colocar as gemas numa taça, adicionando a farinha maizena e batendo até mistura homogénea.
- 2º Adicionar o xilitol e a baunilha e mexer novamente.
- 3º Adicionar aos poucos o leite frio e incorporar.
- 4º Levar a mistura a lume brando, adicionando a casca de limão e um pau de canela.
- 5º Mexer constantemente até obter a consistência desejada.
- 6º Polvilhar com canela.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (146 g)	% DR
ENERGIA	75 kcal	110 kcal	5 %
PROTEÍNA	4 g	6 g	12 %
H. CARBONO	10 g	14 g	6 %
AÇÚCARES	4 g	6 g	7 %
GORDURA	3 g	4 g	5 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	1 g	5 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	1 %
SÓDIO	39 mg	57 mg	2 %