



Crepes de frutos silvestres

crepes de frutos silvestres

30 min | ★ | Doce

para 0 pessoas

ingredientes

100 g de farinha

1 colher de sopa de
açúcar

1 ovo

3 dl de leite magro

1 colher de sopa de
Becel Cozinha

30 g de açúcar

0,5 dl de água

250 g de frutos silvestres

1 pau de canela

2 colheres de sopa de
rum

modo de preparação (para 0 porções)

para crepes de frutos silvestres

1. Deite a farinha e o açúcar numa taça.
2. Misture o ovo com o leite e a Becel Cozinha, previamente derretida. Junte a farinha e mexa com uma vara de arames até obter um polme liso.
3. Deixe repousar durante 30 minutos e entretanto prepare o recheio.
4. Leve ao lume o açúcar com a água e deixe ferver cerca de 5 minutos. Junte os frutos silvestres cozinhe durante 10 minutos sobre lume brando.
5. Escorra os frutos e reserve. Adicione à calda o pau de canela e o rum e deixe ferver mais um pouco até obter um líquido xaroposo.
6. Leve uma frigideira antiaderente ao lume e deixe aquecer. Deixe cozer dum lado, volte o crepe e coza do outro lado. Repita as operações até esgotar a massa.
7. Recheie cada crepe com os frutos silvestres, dobre em quatro e regue com o molho.

Saboroso!