

GAMA ORIGINE

COBERTURA DE CHOCOLATE NEGRO ÉQUATEUR

Cultivada em pequenas quantidades e com origem num só país, cada cobertura revela uma personalidade única.

Com 76% de cacau, destaca-se o seu sabor amargo e frutado de cor escura, com notas amadeiradas. Uma cobertura ideal para pastelaria fina.



PRODUTO
DO MÊS

BISCOITO DE MANTEIGA

INGREDIENTES

100g de Ovo inteiro pasteurizado Dovo

800g de farinha

400g de manteiga

300g de açúcar

2 c. chá de baunilha

1 pitada de sal fino

2 c. sopa de óleo de coco



MAIS RECEITAS EM
WWW.DEROVO.COM

Comece por misturar todos os ingredientes, amassando com as mãos até obter uma massa homogénea. Forme um rolo com a massa e embrulhe com película aderente. Leve ao frigorífico por 30 minutos.

Estenda a massa sobre o papel vegetal, e deixe-a com 1/2cm de espessura. Unte o rolo de madeira esculpido com óleo vegetal e retire o excesso com um pano. Passe o rolo sobre a massa, pressionando um pouco

para a marcar. Com uma carretilha frisada, corte as bolachas ao seu gosto e transfira-as para um tabuleiro com papel vegetal. Para que os desenhos nas bolachas fiquem mais definidos, leve as bolachas ao frigorífico por 30 minutos.

Leve ao forno, previamente aquecido a 200 °C, durante 9 minutos ou até ao ponto em que a bolacha se apresenta dourada.

Receita em parceria com www.narwencuisine.blogspot.pt

SABIAS
QUE...

... podes consumir ovos cozidos como pré-treino?

Verdade. É uma ótima estratégia para otimizar o treino no ginásio, corrida, natação ou qualquer outra actividade física.

Aqui estão algumas das vantagens:

- Ganho de massa muscular (graças à albumina);
- Sensação de saciedade durante e após o treino;
- Melhoria na “queima de gordura”;
- Aumento da energia.

Recycle sempre



sociedade
pontoverde