

Doce árabe

Esta delícia também pode ser savoured em árabe de restaurantes.



Outro



4 porções



Muito Fácil



40 min



724 Kcal

Ingredientes

4 porções

- 250 g de farinha de trigo
- 100 g de leite em pó
- 2,5 g de bicarbonato de sódio
- 25 g de fermento biológico
- 500 ml de água, aproximadamente
- 250 g de nozes picadas
- 30 g de açúcar
- 10 ml de água de flor de laranjeira

Preparação

Preparação
20 min

Cozedura
20 min

- Misture todos os ingredientes da massa até ficar homogênea, com consistência mais líquida que a de uma panqueca. Se necessário, acrescente mais água.
- Deixe descansar por 1 hora em temperatura ambiente. Unte uma frigideira antiaderente com manteiga, despeje a massa em forma de discos de cerca de 5 cm de diâmetro, sem espalhar, e deixe dourar apenas um lado em fogo médio.
- Não vire. As panquecas ficam grossas. Retire do fogo.
- Numa panela, leve a água, o açúcar e o limão ao fogo baixo
- Deixe reduzir por aproximadamente 15 minutos ou até ganhar consistência encorpada.
- Quando esfriar, acrescente a água de flor de laranjeira.
- Recheie as panquecas e dobre-as em formato de meia-lua. Sirva a calda por cima do ataf.

Nutrição

Informação nutricional para 1 dose (292g)

Calorias: 724Kcal

para 1 dose / para 100 g

Glícidos:	63g	Gord total:	41.7g
Gord.sat.:	4.1g	Proteínas:	18.5g
Fibras:	7.2g	Açúcar:	12.9g
ProPoints:	19	SmartPoints:	23



Vegetariano



Sem ovo