

SUSPIROS e CARRIÇOS de Natalina Martins

Receita

Ingredientes:

6 claras de ovo
0,5 kg de açúcar
0,5 kg amêndoa laminada
Sumo de limão e sal q.b.



Preparação:

Bater as claras em castelo (em velocidade lenta). Assim que estas começarem a subir, incorporar o açúcar pouco a pouco e acrescentar umas gotas de limão e uma pitada de sal. Continuar a bater até as claras ficarem bem firmes. Com a ajuda de uma colher de sopa, colocar o preparado em forminhas de papel, sem encher demasiado.

Levar ao forno cerca de 20 minutos a 150º, até os suspiros estarem bem cozidos.

Para fazer “carriços”: adicionar ao merengue a amêndoa laminada, previamente torrada.

Bom apetite mediterrânico!