

Data: 26/11/2011

MAÇÃS CROCANTES

Ingredientes:

4 maçãs médias em cubos
Suco de 1 laranja pêra
Meia xícara (chá) de farinha de trigo integral
Meia xícara (chá) de aveia em flocos
4 colheres (sopa) de adoçante em pó
2 colheres (chá) de margarina light
1 colher (chá) de canela em pó
2 claras

Modo de Preparo:

Coloque as maçãs em um refratário e regue com o suco de laranja. Cubra com papel alumínio e leve ao forno quente (200°C), pré-aquecido, enquanto prepara a cobertura. Para isso, misture a farinha de trigo, a aveia, o adoçante em pó, a margarina light e a canela em pó. Vá adicionando as claras sem bater, misturando até que fique como uma farofa. Retire o papel alumínio das maçãs e cubra com a farofa. Volte ao forno por mais 15 minutos para firmar. Sirva frio.