

Leite creme de milho

Tempo de preparação : 20 minutos / **Doses :** 1 travessa média ou 12 taças

Chef : Teresa Mendes

Ingredientes

- 250 g. Açúcar amarelo
- 1 cc. Alfazema (apenas as flores)
- 1 vagem Baunilha
- 1 pau Canela
- 60 g. Farinha de milho
- 6 Gemas amarela
- 1000 ml. Leite
- 1 Limão

Mise en place

- Faca e tábua de corte
- Balança
- Colher para mexer
- Panela mais larga que funda
- Copo
- Espremedor de citrinos
- Taça funda
- Varas
- Concha de sopa.

Confeção

- 1** **Numa taça funda, mexer** bem com as varas (sem fazer espuma) as gemas, o açúcar, a alfazema e a farinha de milho. Em alternativa poderá utilizar varinha mágica. Reservar.
- 2** **Numa panela, colocar o leite** e aromatizantes (limão, baunilha, canela) e levar ao lume. Baixar calor quando verificar que vai começar a levantar fervura.
- 3** **Adicionar uma concha** de sopa do leite à mistura, envolvendo sempre com as varas. Proceder da mesma forma com uma segunda medida.
- 4** **Adicionar esta mistura ao leite** e mexer sempre até engrossar (se necessário, aumentar temperatura do fogão). Pode utilizar as varas ou salazar para este processo.
- 5** **Verter sobre taças ou travessa.** Decorar com canela em pó a gosto ou frutos secos picados.

Observações

A alfazema dá um perfume delicioso a esta receita, sendo que, não havendo contaminação cruzada, está apta para celiacos. Fica igualmente bem preparar com leite meio gordo sem lactose, no caso de intolerâncias. Reserve as claras num recipiente bem vedado, no frigorífico e, no dia seguinte, faça com as mesmas um bolo de prata, evitando este desperdício alimentar.

saberes
e sabores
da maia