**Memória Descritiva**

**Cozinhar em Família**

**Panqueca Suflê**

**Categoria:** sobremesa

**Ingredientes:**

* 2 ovos (separar as claras);
* 1 col. de café de essência de baunilha;
* 20ml de leite;
* 30g de farinha;
* 1 col. de café de fermento
* 15g de açúcar;
* Azeite;
* Morangos;
* Kiwi.

**Preparação:**

Bate-se as claras em castelo e aos poucos adiciona-se o açúcar até que fiquem consistentes e a formar bicos.

Noutra vasilha mexe-se os 2 ovos e em seguida adiciona-se a essência de baunilha, o leite, a farinha peneirada, o fermento e finalmente adicionamos aos poucos as claras batidas em castelo envolvendo-as delicadamente com a massa da panqueca.

No fogão, em lume brando, coloca-se num tacho ou frigideira antiaderente com tampa um fio de azeite e com um guardanapo de papel tiramos o excesso. Com a ajuda de uma colher colocamos a massa das panquecas no tacho formando pequenos mas volumosos círculos. Tapa-se e deixe-se cozinhar por 4 minutos. Passado esse tempo vira-se cuidadosamente as panquecas e deixamos cozinhar mais 3 minutos. Por fim, colocamos numa travessa e decoramos com fruta.

Bom Apetite!

Trabalho realizado pelo aluno Rúben Magalhães de Jesus em família, da escola JI Comendador Ângelo Azevedo, sala 1 e orientado pela educadora Irene Silva.