

RABANADAS A VAPOR



CONFEÇÃO

1. Num recipiente colocar o leite, os ovos e o açúcar e mexer bem com um colher de arames até ficar tudo bem mexido. Cortar o pão em fatias.
2. Na taça da CC colocar água pela marca de cozer a vapor (cerca de 700ml) e fechar com a tampa montar o tabuleiro a vapor.
3. Passar as fatias de pão na preparação de leite e dispor no tabuleiro de inox, quando cheio pode colocar o outro tabuleiro de plástico e continuar a dispor as fatias, previamente, molhadas no leite.
4. Programar a CC vel.0 / 120°/25m, a meio do tempo convém virar as fatias. Prepare a mistura de açúcar e canela e pré aquecer o forno a 250°.
5. Quando acabar retire as fatias com ajuda de uma espátula e passe pelo preparado se açúcar e canela.
6. Disponha as fatias num tabuleiro revestido com papel vegetal e leve ao forno até as fatias estarem douradas.
7. ⚠ Nota: eu dourei as fatias na multifry pousadas na grelha na opção forno, nível 4, durante 6m, e a meio dos 6m virei as fatias.
8. ⚠ Dica: caso não possua a panela a vapor da CC pode usar na mesma a preparação do leite e fritar em manteiga, para isso coloca um pouco de manteiga (caso seja preciso pode ir acrescentado enquanto frita) numa frigideira em lume brando deixe dourar e passe pelo açúcar e a canela.
9. As rabanadas fritas com a manteiga ficam menos gordurosas, eu nestes últimos anos fazia sempre assim e cá por casa ficou aprovado por todos.
10. Receita inspirada de: pain perdu na França (publicidade anti-desperdício de alimentos da Câmara Municipal) e <https://www.mundodereceitasbimby.com.pt/sobremesas-receitas/rabanadas-ao-vapor/i6ufk1xa-d5bd9-371046-cfcd2-8vnriy4s>

INGREDIENTES

- 1 PÃO DE CACETE/RABANADA (ENTRE 12 A 15 FATIAS)
- 25CL DE LEITE FRIO OU NATURAL
- 3 OVOS
- 75G DE AÇÚCAR
- AÇÚCAR E CANELA Q. B.