

Crumble de frutos vermelhos e aveia

Sobremesa —    55 min  5 pessoas

chef.continente.pt/receitas/crumble-de-frutos-vermelhos-e-aveia



Ingredientes

4 chávenas (600g) mirtilos frescos
¼ chávena de açúcar baunilhado
2 ½ c. sopa (18g) maizena
Raspa e sumo de ½ laranja (tamanho médio)
Flôr de sal

Crumble

80 g de farinha de aveia
55 g de farinha de trigo
1/3 chávena de flocos de aveia + extra para polvilhar
2 c. sopa de açúcar + 1 c. chá para polvilhar
1 c. chá fermento em pó
¼ c. chá flôr de sal
4 c. sopa de manteiga sem sal, fria e em cubos
¼ chávena iogurte grego natural
¼ chávena natas + 1 c. sopa para pincelar os biscoitos

Confeção

1. Pré-aqueça o forno a 200°C
2. Num recipiente grande junte os frutos vermelhos, o açúcar, a maizena, as raspas e sumo de laranja e uma pitada de sal. Misture bem todos os ingredientes até estarem bem envolvidos.
3. Deite o preparado numa forma redonda com cerca de 20-22cm de diâmetro. Reserve.
4. Para o crumble de aveia, junte num recipiente grande as farinhas, os flocos de aveia, o açúcar, o fermento e o sal.
5. Adicionar aos poucos a manteiga ao preparado e incorporar com as mãos ou batedeira até obter uma mistura esfarelada. Deixe repousar até esfriar, cerca de 10 a 20 minutos.
6. Numa panela pequena junte o iogurte e as natas. Leve ao lume médio, mexendo sempre até que a mistura esteja quente. (Importante: não deixar ferver).
7. Junte a mistura quente à massa das farinhas e manteiga, mexendo até obter uma mistura homogénea.
8. Com uma colher de sopa, colocar pequenas porções da massa sobre a mistura de fruta, criando 6-8 montinhos. Polvilhar com as restantes natas, flocos de aveia e açúcar.
9. Leve ao forno cerca de 30 a 35 minutos ou até os montinhos estarem dourados. Deixar repousar por cerca de 20 minutos.
10. Sirva ainda morno.