



Dificultad:  
Media



Porciones:  
8



Tiempo:  
35 minutos

## Información Nutricional

|                  |          |
|------------------|----------|
| Energía:         | 399 Kcal |
| Proteínas:       | 10.3 g   |
| Grasa Total:     | 11.7 g   |
| Colesterol:      | 166. mg  |
| H. de Carbono:   | 63.1 g   |
| Fibra Dietética: | 0 g      |
| Sodio:           | 183 mg   |

## SUSPIRO DE MANJAR

### Ingredientes

- 1 Tarro de leche evaporada IDEAL® NESTLÉ®
- 1 Taza de manjar NESTLÉ®
- 5 Yemas de huevo
- 1 Cucharada de coñac o ron
- 4 Claras de huevo a temperatura ambiente
- 1 ½ Taza de azúcar
- Canela en polvo para espolvorear (opcional)

### Preparación

1.- Junta en una cacerola la leche evaporada IDEAL® NESTLÉ® con el manjar NESTLÉ® y lleva a fuego medio durante 15 minutos removiendo de vez en cuando hasta que tome mayor textura la preparación. Separa solo ½ taza de esta mezcla y en esta agrega las yemas de huevo y el licor, bate bien hasta homogenizar, pasa la mezcla por un colador antes de continuar con el siguiente paso de la receta.

2.- Vierte la mezcla de yemas que recién preparaste a la cacerola y baja un poco el fuego, cocina durante unos segundos sin que hierva removiendo constantemente hasta espesar más la preparación. Retira del fuego y de inmediato vierte en copas hasta la mitad de su capacidad y lleva refrigeración para que se enfríen.

3.- Mientras, junta en un bowl de metal o vidrio las claras de huevo con la azúcar, lleva a baño maría (que hierva suavemente) removiendo constantemente con un batidor hasta que el azúcar se disuelva completamente y se unifiquen con las claras. Retira del baño maría y bate energicamente hasta triplicar su volumen y conseguir una preparación de textura firme, que al levantar el batidor quede una punta si que se desprenda.

4.- Cubre la otra mitad de las copas con el merengue recién preparado de manera decorativa, lleva nuevamente al refrigerador, una vez frío y al momento de servir



espolvorea un toque de canela para perfumar y decorar la superficie.

