

Receita de Suspiros



Ingredientes

- * 200g de claras de ovos
- * 400g de açúcar (refinado ou cristal)
- * 1 colher de chá de amido de milho
- * 6 gotas de suco de limão (ou substitutos para outros sabores: baunilha, essência de coco, ou 1 colher de sopa de canela em pó)

Dica: Se não tiver balança, use a medida de 1 parte de claras para 2 partes de açúcar. Por exemplo: se usar 1 xícara de claras, use 2 xícaras de açúcar.

Modo de Preparo

Em um recipiente, leve as claras e o açúcar ao banho-maria, mexendo sempre. Aqueça a mistura até atingir entre 60 e 65 graus. Se não tiver um termômetro, pegue um pouco da mistura com a ponta dos dedos. Se não sentir os grânulos de açúcar, está perfeito. Transfira a mistura para a batedeira e adicione o amido de milho e o suco de limão ou o sabor de sua escolha. Bata até formar picos firmes. Utilize um bico pitanga ou perlê para pingar os suspiros na forma. Forre uma forma com papel manteiga, tapete de silicone ou Teflon. Se desejar, adicione gotas de chocolate no centro dos suspiros antes de assar.

Forno Convencional: Aqueça o forno no mínimo possível e mantenha a porta entreaberta. Asse por 1 hora e 15 minutos (o tempo pode variar dependendo do forno). **Forno Elétrico Comum:** Aqueça a 80 a 90°C e asse por 1 hora e 30 minutos. **Forno de Convecção:** Aqueça a 80°C e asse por 2 horas (esse é o forno mais indicado para suspiros).

Dica: Caso utilize bicos maiores, como o bico 1M, o tempo de forno deve ser aumentado. Prove o suspiro para verificar se está completamente assado.



Conheça o maior clube de confeitaria do Brasil!

Temos +120 horas de conteúdo com receitas

Dicas

Precificação

Treinamentos com bicos, entre outros



Se você quer, assim como eu, ter sua vida transformada pela confeitaria, clique no link da BIO do nosso instagram e conheça o CLUBE DA MAH e venha comigo deixar o mundo mais doce ❤️