

Sonhos de Natal

聖誕“夢”

Receita • Confecção | Maria Benedita Martins Tradução | Lam Sok I
 食譜 • 製作 | 馬善恩 中譯 | 林淑儀

○ sonho comanda a vida! E o Natal é propício a este sinal de esperança. Aqui se explica como confeccionar sonhos de Natal, muito próprios desta quadra.

夢想是生活源泉！正因為聖誕節意涵對未來的期待和希望，家家戶戶都會趁著節日製作這一道名為聖誕“夢”的甜點。

Ingredientes (para 15 sonhos)

材料 (15個份量)

- ❁ 3/4 ovos (conforme o tamanho) / 3-4隻雞蛋 (按份量而定)
- ❁ 1 chávena de água / 1 杯水
- ❁ 1 chávena de farinha de trigo com fermento / 1 杯自發麵粉
- ❁ 1 pitada de sal / 鹽少許
- ❁ 1 colher de sopa de manteiga / 1 湯匙牛油
- ❁ 1 colher de sobremesa de fermento em pó / 1 茶匙發粉
- ❁ açúcar e canela em pó misturados, quanto baste (para polvilhar). / 白糖和玉桂粉適量 (作沾灑之用)



Preparação

製作方法

1. Leve um tacho ao lume com a água, o sal e a manteiga e deixe levantar fervera;

把水、鹽和牛油放入鍋內加熱；



2. Quando a manteiga estiver derretida, deite no tacho a farinha de uma só vez já com o fermento adicionado, mexendo rapidamente e muito bem, até fazer bola, com uma colher de pau;
待牛油融化，即加入麵粉，並以木勺迅速攪拌；



3. Retire do lume e deixe a massa arrefecer numa bancada bem limpa;
攪拌至麵糰成形，起鍋後放置於清潔的枱面上，待涼；



4. Quando puder ser trabalhada (pois estará muito quente), comece a amassar e deite-lhe um ovo inteiro sem parar de envolver bem. Transfira para uma taça e faça o mesmo com os restantes ovos;
待麵糰沒有那麼燙手，加入雞蛋一隻，搓揉麵糰直至充分混和，此時，把麵糰轉至器皿中，加入其餘雞蛋，迅速攪拌；



5. Depois dos ovos bem misturados, deixe repousar durante quinze minutos;
麵糊充分混合後，靜待十五分鐘；



6. Aqueça bastante óleo e, quando estiver a ferver, e com a ajuda de duas colheres deite pequenas porções do preparado no óleo aquecido e frite a massa que ficará em forma de bolinhas;
油溫加熱至沸騰，用兩隻湯匙輔助，整成小麵球慢慢放入油鍋；



7. Deve baixar o lume porque a fritura deve ser feita em lume brando (senão ficam crus por dentro), deixando cozinhar devagarinho;

油溫不宜過熱，才可慢慢炸至熟透（否則麵球炸好，內裡卻未熟）；



8. Pique as bolinhas com um palito (2 ou 3 vezes), futuros sonhos, para que o ar saia e possam crescer (vão virar-se sozinhos e até abrir-se);

用木籤把正在油炸中的小麵球刺2至3小孔，放出裡面的空氣，小麵球會自然翻轉並打開，之後會張大變成一個個的聖誕“夢”；

9. Quando estiverem dourados retire do lume, escorra bem e polvilhe com açúcar e canela (misturados);

炸至金黃色，撈起，趁熱沾上已混和的白糖和玉桂粉；

10. Estarão prontos a comer e a deliciar-se !

完成就可以品嚐了！🍴



Maria Benedita Martins 馬善恩

Professora do Ensino Secundário(português), em funções técnico-pedagógicas na DSEJ/CRE e na Escola Primária Luso-Chinesa da Flora. 中學教育教師（葡語），現職教育暨青年局教育資源中心及二龍喉中葡小學。

Lam Sok I 林淑儀

Licenciada pelos Estudos Portugueses da Universidade de Macau, Assistente Técnica Administrativa do Centro Recursos Educativos da DSEJ/CRE .

澳門大學葡萄牙語學士學位，現職教育暨青年局教育資源中心行政技術助理員。

