



Sobremesas

Sobremesas com Fruta

## Fondue de Chocolate e Fruta Fresca

15 min.

Fácil

Económico

10 doses

### Ingredientes

4 bananas  
4 maçãs golden  
400 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas  
200 ml de Natas LONGA VIDA  
300 ml de leite meio gordo  
125 g de coco ralado  
sumo de 1 limão  
6 peras  
125 g de frutos secos

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	503,9 kcal	25%*
<b>Proteínas</b>	6,6 g	13%*
<b>Lípidos</b>	27,5 g	39%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	45,8 g	18%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Derreta o chocolate em banho-maria. Depois de derretido, misture-o bem com um garfo para obter um chocolate homogéneo.
- 2 Sem parar de mexer, adicione suavemente as natas líquidas e depois o leite, consoante a consistência desejada. 3. Antes de servir, descasque as peras e as maçãs, corte-as em pedaços. Corte as bananas em rodela grossas. Deite um pouco de sumo de limão sobre a fruta para que não escureça.
- 3 Verta o chocolate para o recipiente do fondue e mantenha-o quente.
- 4 Prepare pequenas taças com coco ralado e frutos secos picados para que possa cobrir a fruta revestida de chocolate. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.