



Sobremesas

Sobremesas com Fruta

## Rabanada com Pera, Chocolate com Café

25 min.

Fácil

Económico

6 doses

### Ingredientes

3 peras  
6 fatias de pão  
1 tablete de Chocolate NESTLÉ SOBREMESAS (NESTLÉ Dessert) Café  
1 ovo  
100 ml de leite meio gordo  
6 bolas de gelado de baunilha

### Informação nutricional

|                     |            |      |
|---------------------|------------|------|
| Energia             | 249,8 kcal | 12%* |
| Proteínas           | 4,1 g      | 8%*  |
| Lípidos             | 12,1 g     | 17%* |
| Hidratos de Carbono | 30,7 g     | 12%* |

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

### Preparação

- 1 Corta as peras em lâminas. Frita-as numa frigideira cerca de 6 minutos.
- 2 Derrete o chocolate com o leite. Adiciona o ovo batido com um garfo.
- 3 Mergulha o pão na mistura e deixa-o fritar 2 minutos de cada lado e, de seguida, corta-o na diagonal.
- 4 Sobre cada prato, distribui as lâminas de pera, uma bola de gelado e ainda duas fatias de pão.