

Sobremesas Bolos

Bolo de Crepes de Chocolate

20 min. Fácil Económico 8 doses

Ingredientes

3 ovos
200 ml de Natas LONGA VIDA
200 g de farinha
70 g de açúcar
1 c. de chá de óleo
200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
500 ml de leite

Informação nutricional

Energia	408,5 kcal	20%*
Proteínas	9,1 g	18%*
Lípidos	15,4 g	22%*
Hidratos de Carbono	44,9 g	17%*

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

Preparação

1. Prepare os crepes: coloque a farinha numa tigela, abra um buraco e junte o açúcar, os ovos e o óleo. Mexa para dissolver e acrescente, pouco a pouco, o leite. Misture bem e faça os crepes.
2. Prepare o creme de pasteleiro com chocolate: aqueça as natas líquidas com o chocolate durante 1 minuto e 30 a 500W. Cubra, aguarde alguns minutos e depois volte a mexer com um garfo para obter uma mistura homogénea.
3. No fundo de uma forma redonda para bolos coloque o primeiro crepe. Cubra com uma camada de cerca de 1 cm de creme de chocolate. Coloque o segundo crepe e depois uma segunda camada de creme e assim sucessivamente até esgotar os ingredientes.
4. Coloque no frigorífico durante 3 horas, no mínimo. Desenforme e sirva bem frio.