



Sobremesas

Receitas de Chocolate

## Crocantes Provençais

🕒 20 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍽️ 6 doses

### Ingredientes

50 g de amêndoas descascadas  
50 g de figos secos  
50 g de avelãs inteiras  
2 c. de sopa de passas  
casca de laranja cristalizada  
200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 339,2 kcal | 17%* |
| <b>Proteínas</b>           | 6,2 g      | 12%* |
| <b>Lípidos</b>             | 25,4 g     | 36%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 20,0 g     | 8%*  |

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

### Preparação

- 1 Derreta o chocolate em banho-maria ou no micro-ondas.
- 2 Sobre uma folha de papel vegetal, coloque pequenos montes de chocolate derretido e achate-os ligeiramente de forma a criar finas placas.
- 3 Corte os figos e as raspas de laranja cristalizada em pedaços.
- 4 Distribua de forma harmoniosa os frutos secos, os pedaços de figos e a laranja cristalizada. Se necessário, pressione-os ligeiramente para garantir que estes aderem bem ao chocolate.
- 5 Coloque os seus crocantes durante 1 hora no frigorífico, no mínimo. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.