

Sobremesas Gelados

Gelados de Abacate e Chocolate

15 min. Fácil Económico 8 doses

Ingredientes

150 g de Chocolate Preto 44% NESTLÉ SOBREMESAS
5 c. de sopa de Leite Condensado NESTLÉ Tradicional
600 g de abacate
200 ml de água
2 c. de sopa de óleo de girassol

Informação nutricional

Energia	228,3 kcal	11%*
Proteínas	2,3 g	5%*
Lípidos	16,7 g	24%*
Hidratos de Carbono	16,8 g	6%*

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

Preparação

1. Misture o Leite Condensado NESTLÉ Tradicional com a água e mexa até que esteja dissolvido.
2. Triture os abacates juntamente com a mistura de leite condensado e água até que tenha uma textura cremosa e homogénea.
3. Divida o preparado pelas formas para gelados e leve ao congelador.
4. Derreta o Chocolate Preto 44% NESTLÉ SOBREMESAS e misture-o com o óleo de girassol.
5. Quando os gelados estiverem sólidos, retire-os das formas e mergulhe uma parte do gelado no chocolate.