

Sobremesas | Receitas de Chocolate

Bavaroise de Chocolate

45 min. | Fácil | Económico | 8 doses

Ingredientes

1 chávena de chá de manteiga
1 chávena de chá de açúcar
6 ovos
1 chávena de chá de leite
1 chávena de chá de farinha de trigo
1 chávena de chá de cacau em pó
1 c. de sopa de fermento em pó
Chocolate de Leite NESTLÉ q.b.

Informação nutricional

Energia	476,5 kcal	24%*
Proteínas	10,8 g	22%*
Lípidos	27,5 g	39%*
Hidratos de Carbono	47,1 g	18%*

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

Preparação

1. Bata com a batedeira a manteiga e o açúcar.
2. Junte as gemas, uma a uma, até obter um creme homogéneo.
3. Adicione aos poucos o leite.
4. Desligue a batedeira e adicione a farinha de trigo, o cacau em pó, o fermento e reserve.
5. Bata as claras em castelo e junte-as à massa de chocolate misturando delicadamente.

6 Distribua por recepientes pequenos e leve ao forno médio pré-aquecido (180°C) por aproximadamente 30 minutos.

7 Decore com pedaços de chocolate e sirva.