

Sobremesas Doces de Colher

Flan de Chocolate

10 min. Fácil Económico 14 doses

Ingredientes

100 g de Chocolate Preto NESTLÉ SOBREMESAS 70% Cacau

370 g de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ

4 ovos M

80 g de açúcar

Informação nutricional

Energia	167,7 kcal	8%*
Proteínas	4,1 g	8%*
Lípidos	6,7 g	10%*
Hidratos de Carbono	22,5 g	9%*

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

Preparação

1. Coloca o açúcar numa frigideira até ficar em caramelo de cor clara. Verte o caramelo em pequenas formas de flans.
2. Numa panela aquece o leite condensado tradicional NESTLÉ, 400 ml de água e o chocolate preto NESTLÉ SOBREMESAS 70% Cacau partido em bocadinhos. Mexe até derreter.
3. Retira a panela do lume e quando o preparado estiver morno, adiciona os ovos batidos e bate tudo novamente.
4. Coa e verte o preparado nas forminhas. Coze os flans no forno a 180ºC, em banho maria, até que tenham coalhado, cerca de 50 min.
5. Deixa arrefecer no frigorifico.