

Sobremesas | Doces de Colher

Crème Brûlée de Chocolate Preto e Banana

35 min. | Fácil | Económico | 5 doses

Ingredientes

2 bananas
4 gemas de ovo
200 ml de Natas LONGA VIDA
100 ml de leite meio gordo
30 g de açúcar mascavado
200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

Informação nutricional

Energia	467,9 kcal	23%*
Proteínas	7,5 g	15%*
Lípidos	23,4 g	33%*
Hidratos de Carbono	36,3 g	14%*

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

Preparação

1. Pré-aqueça o seu forno com o termostato na posição 5/6 (160°C).
2. Numa tigela, parta o chocolate em quadrados e adicione as natas e o leite. Cubra e aqueça 2 minutos no micro-ondas a 850W. Misture.
3. Bata as gemas e verta, pouco a pouco, sobre as natas com chocolate.
4. Descasque e corte as bananas em rodelas. Distribua-as por pequenos recipientes individuais de ir ao forno e verta o creme de chocolate por cima. Coloque no forno durante 16 a 18 minutos.
5. Deixe arrefecer e, em seguida, coloque no frigorífico durante 30 minutos.
6. Pouco antes de servir, pré-aqueça o forno na posição grill, polvilhe com açúcar mascavado e coloque no forno entre 5 a 6 minutos. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.