



Sobremesas

Receitas de Chocolate

## Semi-esferas de Chocolate, Frutos Secos e Canela

🕒 30 min.

👤 Médio

💰 Económico

🍽️ 10 doses

### Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas  
30 g de manteiga  
75 g de frutos secos  
3 c. de chá de canela  
cacau em pó q.b.

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 165,8 kcal | 8%*  |
| <b>Proteínas</b>           | 2,1 g      | 4%*  |
| <b>Lípidos</b>             | 11,7 g     | 17%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 12,4 g     | 5%*  |

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

### Preparação

- 1 Pique os frutos secos, junte a canela e misture. Derreta o chocolate junto com a manteiga, em banho maria ou no microondas, e mexa até obter uma mistura homogénea.
- 2 Encha uma forma de bombons com o chocolate. Vire a forma por cima do recipiente onde estava o chocolate, para que o excesso de chocolate saia. Com uma espátula retire o excesso da forma. Coloque no congelador durante 5 minutos.
- 3 Junte a mistura de frutos secos e canela ao restante chocolate. Com uma colher coloque esta mistura em cada bombom da forma. Leve ao frigorífico até solidificar bem. Desenforme e polvilhe com cacau em pó para decorar.