

Sobremesas | Doces de Colher

Flan de Chocolate e Frutos Vermelhos

20 min. | Fácil | Económico | 4 doses

Ingredientes

- 200 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
- 1 embalagem de Natas LONGA VIDA
- 1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
- 100 g de doce de frutos vermelhos
- 1 gema de ovo
- 50 g de manteiga

Informação nutricional

Energia	902,7 kcal	45%*
Proteínas	11,6 g	23%*
Lípidos	38,6 g	55%*
Hidratos de Carbono	101,9 g	39%*

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

Preparação

1. Em banho-maria, comece por derreter o chocolate partido em pedaços com a manteiga.
2. Junte as natas, o leite condensado e o doce de frutos vermelhos, mexendo sempre até ficar um creme homogéneo.
3. Deite em pequenas formas de pudim e leve ao frio até solidificar.
4. Desenforme e decore com frutos vermelhos a gosto e raspas de chocolate Nota: Para desenformar molhe a forma em água quente.