



Sobremesas

Sobremesas com Fruta

## Chupa-Chupas Gelados de Chocolate e Banana

🕒 10 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

### Ingredientes

1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
170 g de Chocolate de Leite NESTLÉ Extrafino  
1 banana  
100 ml de sumo de laranja natural

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 228,0 kcal | 11%* |
| <b>Proteínas</b>           | 4,2 g      | 8%*  |
| <b>Lípidos</b>             | 8,7 g      | 12%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 33,2 g     | 13%* |

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

### Preparação

- 1 Derreta o Chocolate de Leite NESTLÉ Extrafino no microondas ou em banho-maria.
- 2 Misture o Leite Condensado Tradicional NESTLÉ, o chocolate derretido, o sumo de laranja e a banana.
- 3 Deite o preparado anterior numa forma para fazer bolas de gelo (ou cubos) e leve a congelar 4 horas.
- 4 Retire da forma os chupas gelados pelo menos 2 minutos antes de servir e espete-lhes palitos de madeira.