Nestlé Cozinhar



Receitas em vídeo | Sobremesas

Panquecas de Chocolate

As panquecas são fáceis de fazer e há inúmeras receitas de todas as formas e feitios. Seja para um pequeno-almoço, lanche ou sobremesa, as Panquecas de Chocolate vão deixar os mais gulosos deliciados.

25 min. | Fácil | Económico | 2 doses

Ingredientes

1 chávena de farinha
1/3 de chávena de açúcar fino
60 g de NESQUIK Extra Choc
1 c. de chá de bicarbonato de sódio
75 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
1 chávena de leite
2 ovos
4 c. de sopa de manteiga derretida
açúcar em pó q.b.

Informação nutricional

Energia	933,8 kcal	47%*
Proteínas	16,6 g	33%*
Lípidos	40,2 g	57%*
Hidratos de Carbono	123,2 g	47%*

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

Preparação

1. Numa taça mistura a farinha com o açúcar, o cacau e o bicarbonato. Noutra tigela mistura o leite, a manteiga e o ovo. Deita a mistura líquida para dentro da mistura seca, envolve bem e adiciona o chocolate picado. Deixa descansar 10 minutos.
2. Aquece uma frigideira antiaderente pequena untada com um pouco de óleo. Deita uma concha da mistura anterior. Quando surgirem bolhas na superfície da massa, vira e cozinha por mais alguns segundos.
3. Repete o passo anterior até terminar a massa. Podes guardar as panquecas já feitas no forno aquecido a 100ºC, isto só enquanto cozinha as restantes panquecas.
4. Serve as panquecas polvilhadas de açúcar em pó, mel ou molho de chocolate a gosto.