



Sobremesas

Receitas de Chocolate

Mousse de Chocolate

🕒 25 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
150 g de manteiga
6 ovos
170 g de açúcar

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 530,7 kcal | 27%* |
| Proteínas | 6,2 g | 12%* |
| Lípidos | 35,8 g | 51%* |
| Hidratos de Carbono | 45,2 g | 17%* |

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

Preparação

- 1 Derreter, em banho maria, o chocolate partido em pedaços, com a manteiga.
- 2 Separar as gemas das claras. Bater as gemas com um garfo ou vara de arames e deitar-lhes o chocolate derretido ainda morno.
- 3 Bater as claras. Assim que estiverem em espuma, acrescentar o açúcar, colher a colher, até obter um preparado espesso e brilhante.
- 4 Juntar o creme de chocolate e envolver com muito cuidado.
- 5 Deitar numa taça e levar ao frio cerca de 3 horas.