

Receitas em vídeo | Sobremesas

Bolo Mármore Nesquik

60 min. | Fácil | Económico | 16 doses

Ingredientes

PARA O BOLO:
260 g de farinha
2 c. de chá de fermento
170 g de manteiga
200 g de açúcar
4 ovos
1 c. de chá de extrato de baunilha
1 c. de sopa de NESCAFÉ Clássico
45 g de NESQUIK
80 ml de água
1/2 c. de chá de sal
PARA O CREME INGLÊS:
200 ml de leite
200 ml de Natas LONGA VIDA
3 gemas de ovo
60 g de açúcar
1 vagem de baunilha

Informação nutricional

Energia	283,7 kcal	14%*
Proteínas	4,2 g	8%*
Lípidos	11,4 g	16%*
Hidratos de Carbono	34,7 g	13%*

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

Preparação

1. Pré-aqueça o forno a 175ºC.

2 Misture numa taça a água quente, o café e o chocolate em pó e misture bem até ficar sem grumos. Deixe arrefecer.

3 Bata a manteiga até ficar macia e junte aos poucos o açúcar até obter um creme esbranquiçado.

4 Bata ligeiramente os ovos numa tacinha e vá adicionando à mistura anterior, aos poucos. Por fim, junte a baunilha, a farinha, o fermento e o sal peneirados e bata em velocidade baixa até estar tudo bem misturado (sem bater demais).

5 Transfira metade da massa para a mistura de chocolate e envolva bem.

6 Coloque as duas massas de forma alternada numa forma rectangular untada com manteiga e polvilhada com farinha.

7 Com um palito, faça ondas na massa de forma a misturar as duas cores.

8 Leve ao forno durante 1 hora ou até o espetar um palito e sair seco.

9 Para o molho inglês, aqueça num tachinho o leite e as natas.

10 Numa tacinha bata as gemas com o açúcar.

11 Assim que o leite começar a ferver retire do lume, adicione lentamente um pouco do leite às gemas tendo cuidado para não cozer os ovos, por fim adicione o resto do leite.

12 Leve tudo novamente ao lume até engrossar, sem parar de mexer e sem deixar ferver.

13 Sirva o bolo com o molho inglês.