

Sobremesas | Receitas de Chocolate

Panquecas de Canela com Molho de Chocolate

20 min. | Médio | Económico | 6 doses

Ingredientes

3 /4 chávenas de farinha
1 c. de chá de fermento em pó
2 c. de sopa de açúcar amarelo
2 ovos
200 ml de água
25 g de Leite em Pó MOLICO
30 g de Iogurte LONGA VIDA Natural
1 c. de sopa de canela
óleo de coco q.b.
PARA O MOLHO:
100 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
120 ml de Natas LONGA VIDA

Informação nutricional

Energia	280,2 kcal	14%*
Proteínas	6,0 g	12%*
Lípidos	13,0 g	19%*
Hidratos de Carbono	24,4 g	9%*

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

Preparação

1. Comece por misturar a água com o Leite em Pó MOLICO.
2. Numa taça misture a farinha, o fermento, a canelo e o açúcar. Noutro recipiente, misture os ovos, o leite e o iogurte. Junte ambas as misturas e bata até obter um creme.
3. Coloque um pouco de óleo de coco numa frigideira antiaderente e leve ao lume até ficar quente. Vá colocando colheres de preparado na frigideira até formar pequenas panquecas.

4 Deixe cozinhar por alguns minutos, ou até a panqueca começar a ganhar algumas bolhas. Vire a mesma com a ajuda de uma espátula. Repita o processo até terminar a massa.

5 Entretanto parta o chocolate em pedaços pequenos e leve ao lume com as natas até estar totalmente derretido.

6 Sirva as panquecas regadas com o molho de chocolate, fruta fresca e frutos secos.