



Sobremesas Gelados

## Gelado de Banana e Caramelo

45 min.

Fácil

Económico

6 doses

### Ingredientes

300 ml de água  
33 g de Leite em Pó NIDO  
300 ml de Natas LONGA VIDA  
60 g de Leite em Pó MOLICO  
150 g açúcar  
3 bananas maduras  
1 lata de Leite Condensado Cozido NESTLÉ  
avelãs q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	593,2 kcal	30%*
<b>Proteínas</b>	11,3 g	23%*
<b>Lípidos</b>	12,1 g	17%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	86,9 g	33%*

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

### Preparação

- 1 Num tacho misture a água com o Leite em Pó NIDO.
- 2 Acrescente as natas, o açúcar e o Leite em Pó MOLICO e leve ao lume até obter a temperatura de 80°C ou até estar prestes a ferver.
- 3 Retire do lume e junte as bananas em pedaços e triture. Deixe arrefecer durante algumas horas no frio.
- 4 Coloque o preparado no recipiente da sorveteira que deve estar congelado e prepare o gelado conforme as instruções da máquina.
- 5 Para o caso de não ter máquina de gelados deve colocar o preparado num recipiente e levar ao congelador.

- 6 A cada hora deve mexer o gelado com uma vara de arames, repetindo 4 a 5 vezes.
- 7 Depois em ambos os casos, após estar preparado coloque noutra recipiente colheradas de gelado alternando com colheradas de Leite Condensado Cozido NESTLÉ.
- 8 Pode servir no momento ou levar ao congelador até ao momento de servir. Acompanhe com avelãs picadas grosseiramente.