



Receitas em vídeo Sobremesas

Semifrio de Caramelo e **Chocolate com Cereais** Lion

① 45 min.

Fácil

€ Económico

X 10 doses

Ingredientes

200 g de Cereais Lion Caramelo e Chocolate 140 g de manteiga derretida 5 folhas de gelatina 400 ml de Natas LONGA VIDA 1 lata de Leite Condensado Cozido NESTLÉ 80 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas

Informação nutricional

Energia	483,2 kcal	24%*
Proteínas	5,6 g	11%*
Lípidos	19,6 g	28%*
Hidratos de Carbono	51,5 g	20%*
*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400		
kJ / 2000 kcal)		

Preparação

- 1 Comece por triturar os cereais num processador. Retire e coloque numa taça. Derreta a manteiga no micro ondas e adicione aos cereais. Misture bem e disponha o preparado numa forma de 24 cm com aro amovível. Com a ajuda de uma colher pressione bem os cereais contra a forma. Leve ao frigorífico.
- 2 Demolhe as folhas de gelatina em água fria. Bata as natas em chantilly.
- 3 Adicione o leite condensado às natas e bata mais um pouco. Escorra bem as folhas de gelatina e leve ao microondas em potência média até derreter a gelatina. Adicione ao preparado das natas e bata por mais alguns segundos.
- Disponha o creme sobre os cereais e alise a superfície. Leve novamente ao frio pelo menos 2 horas.
- 5 Retire do frio antes de servir. Derreta o chocolate em banho-maria ou no micro ondas. Se optar pelo microondas vá derretendo pouco a pouco e de vez em quando mexa bem. Quando estiver totalmente derretido com a ajuda de uma colher disponha por cima do semifrio que entretanto retirou da forma. Faça fios de

chocolate sobre o semifrio.

6 Decore com mais alguns cereais e sirva.