



Sobremesas

Doces de Colher

## Semifrio de Caramelo e Chocolate com Cereais Lion

🕒 45 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 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

<b>Energia</b>	483,2 kcal	24%*
<b>Proteínas</b>	5,6 g	11%*
<b>Lípidos</b>	19,6 g	28%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	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.
- 4 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.