



Sobremesas

Doces de Colher

## Delícia Rápida de Doce de Leite e Banana

🕒 5 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍽️ 4 doses

### Ingredientes

160 g de Leite Condensado NESTLÉ Cozido  
320 g de banana  
8 bolachas tipo digestive  
200 ml de Natas LONGA VIDA para bater  
2 c. de sopa de açúcar  
Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	419,2 kcal	21%*
<b>Proteínas</b>	26,5 g	53%*
<b>Lípidos</b>	6,2 g	9%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	62,7 g	24%*

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

### Preparação

- 1 Coloque no fundo dos frascos ou copos as bolachas desfeitas grosseiramente.
- 2 Coloque uma camada de 2 colheres de sopa de leite condensado NESTLÉ Cozido sobre as bolachas. Se preferir um Doce de Leite mais líquido pode diluir ligeiramente o Leite Condensado NESTLÉ Cozido com um pouquinho de leite.
- 3 Descasque e corte as bananas às rodelas, e distribua fazendo mais uma camada.
- 4 Bata as natas com o açúcar e coloque como última camada.
- 5 Rale um pouco de chocolate, polvilhe e leve ao frigorífico até ao momento de servir.