

Sobremesas Bolos

Queques de Chocolate, Manga e Lima

45 min. Médio Económico 10 doses

Ingredientes

200 g de mangas ao natural ou congeladas
100 g de farinha
80 g de manteiga
60 g de açúcar
4 0 ovos
1 0 lima
1 c. de sopa rasa de fermento em pó
100 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

Informação nutricional

Energia	213,4 kcal	11%*
Proteínas	3,9 g	8%*
Lípidos	12,8 g	18%*
Hidratos de Carbono	20,0 g	8%*

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

Preparação

1. Pré-aqueça o seu forno com o termostato na posição 6 (180°C). Raspe a casca da lima e reserve. Corte a manga em cubos.
2. Numa tigela, parta o chocolate em quadrados, adicione a manteiga em pedaços e derreta no micro-ondas durante 2 minutos a 500W.
3. Adicione os ovos, o açúcar e a farinha. Misture e adicione o fermento e a raspa de lima.
4. Verta a massa numa forma de bolo ou forminhas individuais untadas com manteiga e polvilhadas com farinha. Adicione os cubos de manga por cima e leve ao forno durante 35 minutos.