



Dietas Especiais: Receitas

Todas as receitas Sem Glúten

Trufas de Chocolate

🕒 10 min.

👤 Fácil

💰 Económico

✂️ 8 doses

Ingredientes

20 g de chocolate em pó
100 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
50 ml de Natas LONGA VIDA
coco ralado q.b.

Informação nutricional

Energia	106,2 kcal	5%*
Proteínas	1,4 g	3%*
Lípidos	6,4 g	9%*
Hidratos de Carbono	7,2 g	3%*

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

Preparação

- 1 Numa pequena taça, verta as natas líquidas e aqueça-as no micro-ondas durante 30 segundos a 900W.
- 2 Numa tigela, parta o chocolate em pedaços. Verta por cima das natas quentes e cubra durante 5 minutos. Misture.
- 3 Coloque este preparado no frigorífico durante 1 hora.
- 4 Prepare as trufas em bolas com 2 a 3 cm de diâmetro na palma da sua mão.
- 5 Num prato fundo, verta o chocolate em pó e faça rebolar metade das trufas sobre o mesmo. Para as restantes trufas, faça o mesmo usando coco ralado. O chocolate em pó deve envolver totalmente a trufa.
- 6 Volte a colocar no frigorífico durante 1 hora. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.