



Diets Especiais

Sem glúten

## Creme de Chocolate para Barrar

🕒 10 min.

👉 Fácil

€ Económico

✂ 6 doses

### Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas  
200 ml de Natas LONGA VIDA

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	303,7 kcal	15%*
<b>Proteínas</b>	3,7 g	7%*
<b>Lípidos</b>	16,0 g	23%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	18,8 g	7%*

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

### Preparação

1 Numa tigela, parta o chocolate em pequenos pedaços.

- 2 Numa caçarola, ferva as natas.
- 3 Verta sobre o chocolate, certifique-se de que este cobre bem a totalidade e tape a tigela com um prato ou com uma tampa.
- 4 Aguarde 2 minutos e misture bem com um garfo ou com um batedor de varas.
- 5 Coloque-o no frigorífico durante pelo menos 1 hora. Se pretender usar esta receita como cobertura basta barrar o bolo ou tarte com o preparado logo após a sua confeção.
- 6 Para manter a consistência do creme guarde-o sempre no frigorífico após utilização. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.