



Sobremesas Bolos

## Mini Bolo de Chocolate

🕒 35 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

### Ingredientes

125 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas  
3 ovos  
80 g de manteiga  
50 g de açúcar em pó  
30 g de farinha

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 300,6 kcal | 15%* |
| <b>Proteínas</b>           | 4,7 g      | 9%*  |
| <b>Lípidos</b>             | 22,4 g     | 32%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 19,0 g     | 7%*  |

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

### Preparação

- 1 Pré-aqueça o forno a 200°C. Derreta o chocolate e a manteiga no micro-ondas a 500W durante 1 minuto e meio.
- 2 Misture bem os ovos e o açúcar até obter uma mistura esbranquiçada. Adicione, pouco a pouco, a farinha e depois o chocolate derretido.
- 3 Unte 6 taças de ir ao forno com manteiga e encha-as até  $\frac{3}{4}$ . Leve ao forno durante cerca de 15 minutos.