



Sobremesas

Sobremesas com Fruta

Fondue de Chocolate e Fruta Fresca

15 min.

Fácil

Económico

10 doses

Ingredientes

4 bananas
4 maçãs golden
400 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
200 ml de Natas LONGA VIDA
300 ml de leite meio gordo
125 g de coco ralado
sumo de 1 limão
6 peras
125 g de frutos secos

Informação nutricional

Energia	503,9 kcal	25%*
Proteínas	6,6 g	13%*
Lípidos	27,5 g	39%*
Hidratos de Carbono	45,8 g	18%*

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

Preparação

- 1 Derreta o chocolate em banho-maria. Depois de derretido, misture-o bem com um garfo para obter um chocolate homogéneo.
- 2 Sem parar de mexer, adicione suavemente as natas líquidas e depois o leite, consoante a consistência desejada. 3. Antes de servir, descasque as peras e as maçãs, corte-as em pedaços. Corte as bananas em rodela grossas. Deite um pouco de sumo de limão sobre a fruta para que não escureça.
- 3 Verta o chocolate para o recipiente do fondue e mantenha-o quente.
- 4 Prepare pequenas taças com coco ralado e frutos secos picados para que possa cobrir a fruta revestida de chocolate. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.