

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 rodelas 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.