

Sobremesas Gelados

Bananas Caramelizadas, Molho de Chocolate e Gelado de Coco

7 min. Fácil Económico 4 doses

Ingredientes

100 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
2 bananas
8 c. de sopa de açúcar em pó
2 c. de sopa de água

Informação nutricional

Energia	280,2 kcal	14%*
Proteínas	2,9 g	6%*
Lípidos	11,5 g	16%*
Hidratos de Carbono	40,7 g	16%*

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

Preparação

1. Descasque as bananas e corte-as em rodelas de ½ cm aproximadamente.
2. Numa frigideira, prepare o caramelo com açúcar e água.
3. Aguarde que o caramelo fique dourado e coloque as rodelas de banana.
4. Caramelize apenas um lado e distribua-as pelos pratos formando círculos, com a parte caramelizada virada para cima.
5. No centro das rodelas de banana, verta um pouco de chocolate derretido e coloque uma bola de gelado por cima. Decore com o restante chocolate derretido. Sirva de imediato. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.