



Sobremesas

Doces de Colher

Mousse de Chocolate e Canela

15 min.

Fácil

Económico

5 doses

Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
5 0 ovos
20 g de manteiga
1 c. de chá de canela
1 pitada de sal

Informação nutricional

Energia	323,9 kcal	16%*
Proteínas	8,2 g	16%*
Lípidos	25,2 g	36%*
Hidratos de Carbono	13,7 g	5%*

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

Preparação

- 1 Derreta o chocolate com a manteiga em banho-maria.
- 2 Parta os ovos, separando a gema da clara. Adicione o sal nas claras e bata-as em castelo, bem firmes.
- 3 Verta, pouco a pouco, o chocolate derretido sobre as gemas, mexendo energicamente.
- 4 Envolve, suavemente, com uma grande espátula, 1/3 das claras batidas, a canela e, em seguida, adicione as restantes pouco a pouco. Distribua por 5 taças.
- 5 Coloque a mousse no frigorífico durante, pelo menos, 3 horas para ganhar consistência. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.