

Sobremesas | Sobremesas com Fruta

Peras Cozidas com Laranja, Especiarias e Molho de Chocolate

60 min. | Fácil | Económico | 4 doses

Ingredientes

100 g de açúcar em pó
1 l de sumo de laranja
1 saqueta de açúcar baunilhado
2 0 paus de canela
4 0 cravinhos-da-Índia
4 0 peras
120 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

Informação nutricional

Energia	445,9 kcal	22%*
Proteínas	4,1 g	8%*
Lípidos	14,6 g	21%*
Hidratos de Carbono	75,3 g	29%*

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

Preparação

1. Numa panela, ferva o sumo de laranja, o açúcar baunilhado, a canela e o cravo-da-índia.
2. Descasque as peras, mantendo o caule e depois mergulhe-as no sumo de laranja. Mantenha a fervura e deixe cozer durante cerca de 30 minutos, consoante o seu grau de amadurecimento e tamanho.
3. Quando estiverem cozidas, escorra reservando o sumo, deixe arrefecer e guarde-as no frigorífico.
4. Adicione o açúcar em pó ao sumo de laranja e leve ao lume brando até o sumo engrossar. Deixe arrefecer. Derreta o chocolate em banho-maria. Coloque uma pera em cada prato, cubra-a com a calda de laranja e verta o chocolate derretido no fundo de cada prato. Sirva de imediato. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.