



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

<b>Energia</b>	445,9 kcal	22%*
<b>Proteínas</b>	4,1 g	8%*
<b>Lípidos</b>	14,6 g	21%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	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.