



Sobremesas Bolos

## Bolo de Chocolate à Italiana no Micro-ondas

🕒 14 min. 📌 Fácil 🏠 Económico 🍴 10 doses

### Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas  
100 g de mascarpone  
3 ovos  
75 g de farinha  
40 g de açúcar em pó  
12 biscoitos de amaretto  
1 noz de manteiga

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	226,7 kcal	11%*
<b>Proteínas</b>	4,4 g	9%*
<b>Lípidos</b>	15,3 g	22%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	17,0 g	7%*

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

### Preparação

- 1 Derreta o chocolate no micro-ondas durante 2 minutos a 500W. Adicione o mascarpone e misture.
- 2 Adicione a farinha, os ovos, o açúcar e misture.
- 3 Forre o fundo coberto de papel vegetal com os biscoitos cortados a meio, colocando a parte plana contra o fundo da forma. Verta a massa por cima.
- 4 Leve ao micro-ondas durante 4 minutos a 750 Watts se desejar que fique um pouco derretido (fondant) ou durante 5 minutos se desejar que fique bem cozido.