



Dietas Especiais: Receitas

Todas as receitas Sem Glúten

Trufas de Chocolate Variadas

🕒 15 min.

👤 Fácil

💰 Económico

✂️ 5 doses

Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
100 ml de Natas LONGA VIDA
40 g de avelãs inteiras
40 g de amêndoas picadas
20 g de manteiga
20 g de coco ralado

Informação nutricional

Energia	459,6 kcal	23%*
Proteínas	7,1 g	14%*
Lípidos	34,3 g	49%*
Hidratos de Carbono	19,1 g	7%*

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

Preparação

- 1 Derreta o chocolate em banho-maria com a manteiga.
- 2 Misture bem e, em seguida, acrescente as natas.
- 3 Para solidificar, coloque no frigorífico durante 3 horas.
- 4 Faça pequenas bolas com tamanho suficiente para incorporarem uma avelã inteira. Em seguida, passe-as conforme preferir, no coco ralado nas amêndoas picadas ou no chocolate em pó.
- 5 Coloque no frigorífico. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.