



Sobremesas

Doces de Colher

## Pudim de Peras e Chocolate

🕒 40 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

### Ingredientes

- 2 0 peras
- 200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas
- 370 g de Leite Condensado NESTLÉ
- 3 0 ovos
- 1 c. de sopa de amêndoas laminadas
- 1 c. de sopa de farinha
- 1 noz de manteiga

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	282,4 kcal	14%*
<b>Proteínas</b>	6,6 g	13%*
<b>Lípidos</b>	14,8 g	21%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	29,7 g	11%*

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

### Preparação

- 1 Pré-aqueça o forno com o termostato na posição 7/8 (220°C). Lave e descasque as peras. Corte-as em pequenos pedaços.
- 2 Numa frigideira torra as amêndoas. Num tacho, derreta o chocolate com o leite condensado. Deixe arrefecer.
- 3 Adicione os ovos, a farinha, as peras e as amêndoas.
- 4 Verta para uma forma redonda de rebordo elevado untada com manteiga e polvilhada com farinha. Coloque no forno durante cerca de 30 minutos.