



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

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 282,4 kcal | 14%* |
| Proteínas | 6,6 g | 13%* |
| Lípidos | 14,8 g | 21%* |
| Hidratos de Carbono | 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.