



Dietas Especiais

Sem glúten

## Delícias Crocantes de Chocolate

🕒 10 min.

👤 Fácil

💰 Económico

✂️ 10 doses

### Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas  
50 g de nozes  
50 g de amêndoas descascadas (sem pele)  
50 g de avelãs  
50 g de passas

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	231,8 kcal	12%*
<b>Proteínas</b>	4,5 g	9%*
<b>Lípidos</b>	18,6 g	27%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	10,7 g	4%*

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

### Preparação

1 Derreta o chocolate em banho-maria.

- 2 Deite todos os frutos secos no chocolate derretido. Mexa bem para os envolver na totalidade. Em seguida, forme pequenos montes sobre uma folha de alumínio.
- 3 Coloque no frigorífico cerca de 1 hora. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.