



Sobremesas

Sobremesas com Fruta

Verrines de Chocolate e Peras

68 min.

Médio

Económico

8 doses

Ingredientes

- 4 0 peras
- 6 0 ovos
- 200 ml de água
- 25 g de açúcar
- 0 sumo de 1 limão
- 3 c. de sopa de água
- 1 0 vagem de baunilha
- 2 0 anis estrelado
- 1 pitada de sal
- 200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 221,9 kcal | 11%* |
| Proteínas | 5,9 g | 12%* |
| Lípidos | 14,4 g | 21%* |
| Hidratos de Carbono | 16,2 g | 6%* |

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

Preparação

- 1 Numa tigela, derreta o chocolate. Deixe arrefecer.
- 2 Parta os ovos separando as gemas das claras. Adicione uma pitada de sal às claras e bata-as em castelo bem firme.
- 3 Verta, pouco a pouco, o chocolate derretido sobre as gemas de ovo, misturando energicamente.
- 4 Junte delicadamente com uma espátula 1/3 das claras batidas e, de seguida, adicione as restantes de forma progressiva mexendo o preparado de baixo para cima para distribuir o chocolate sem partir as claras.

- 5 Coloque a mousse no frigorífico durante 3 horas, no mínimo, para solidificar.
- 6 Lave, descasque, retire as sementes e corte as peras em cubos pequenos.
- 7 Deite a água, o açúcar e o sumo de limão numa caçarola, deixe levantar fervura e junte a vagem de baunilha e o anis estrelado.
- 8 Em seguida, coloque os cubos de pera. Deixe cozer durante 25 minutos em lume brando.
- 9 Pegue em copos com cerca de 10 cm de altura, encha-os de mousse de chocolate e depois com os cubos de pera. Repita a operação terminando sempre com a pera.
- 10 Decore com uma estrela de anis e um quarto de vagem de baunilha.