

Sobremesas Bolos

Ovos de Bolacha e Avelã

20 min. Difícil Económico 4 doses

Ingredientes

6 0 bolachas tipo petit beurre
40 g de miolo de avelã
40 g de açúcar em pó
30 g de manteiga
4 0 ovos
400 ml de leite meio gordo
150 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

Informação nutricional

Energia	557,2 kcal	28%*
Proteínas	13,6 g	27%*
Lípidos	38,4 g	55%*
Hidratos de Carbono	37,5 g	14%*

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

Preparação

1. Faça um orifício com cerca de 1 cm na parte superior de cada ovo, com a ajuda da ponta de uma faca, e esvazie-os. Conserve as gemas. Lave os ovos vazios.

2. Misture as bolachas com as avelãs de forma grosseira. Numa tigela, no micro-ondas, derreta o chocolate com a manteiga e adicione a mistura de bolachas/avelãs. Verta para dentro das cascas de ovos e leve ao frigorífico durante 2 horas. Enquanto isso, aqueça o leite numa caçarola.

3. Numa tigela, misture bem as gemas com o açúcar. Adicione o leite quente e misture. Coloque este preparado na caçarola. Aqueça em lume brando, continuando a mexer com uma colher de pau até que o creme envolva a colher. Desligue o lume e deixe o creme arrefecer numa tigela dentro do frigorífico.

4. Retire a casca dos ovos de chocolate. Sirva num prato fundo o creme bem frio com o ovo cortado, em dois ou em finas rodelas, e distribua-o pelo rebordo do prato.