



Sobremesas Bolos

## Bavaroise de Pera e Chocolate

🕒 25 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 4 doses

### Ingredientes

200 g de fromage blanc 20% de matéria gorda natural  
30 g de manteiga  
3 folhas de gelatina  
2 c. de chá de açúcar em pó  
2 peras  
80 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	282,3 kcal	14%*
<b>Proteínas</b>	8,6 g	17%*
<b>Lípidos</b>	19,6 g	28%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	16,9 g	7%*

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

### Preparação

- 1 Descasque e triture as peras. Demolhe a gelatina numa taça com água e escorra-a. Numa caçarola, aqueça a calda de pera e a gelatina até esta derreter.
- 2 Adicione o fromage blanc e 1 colher de chá de açúcar em pó.
- 3 Verta o preparado para 4 taças forradas com película aderente. Coloque no frigorífico durante 1 hora. Desenforme.
- 4 Prepare a cobertura: derreta o chocolate de acordo com as instruções e adicione a manteiga e o restante açúcar em pó. Envolve as bavaroses com a cobertura. Adicione o praliné. Coloque durante 30 minutos no frigorífico. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.