



Sobremesas Bolos

## Bavaroise de Chocolate e Citrinos

🕒 45 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

### Ingredientes

250 g de açúcar  
500 ml de Leite Condensado NESTLÉ  
1 embalagem de Natas LONGA VIDA  
500 ml de água  
1 laranja  
1 lima  
5 folhas de gelatina  
5 gemas de ovos  
200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ Sobremesas

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	479,2 kcal	24%*
<b>Proteínas</b>	8,0 g	16%*
<b>Lípidos</b>	16,5 g	24%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	64,9 g	25%*

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

### Preparação

- 1 Demolhe as folhas de gelatina numa taça com água fria. Verta o leite evaporado para uma tigela e coloque-a no frigorífico durante cerca de 30 minutos.
- 2 Numa caçarola, derreta o chocolate com o leite condensado. Escorra a gelatina e derreta-a em lume brando. Misture bem.
- 3 Numa tigela, usando uma vara de arames, misture as gemas de ovo com o preparado à base de leite condensado.
- 4 Lave a laranja e o limão. Com a ajuda de um descascador de legumes, corte a casca dos frutos. Corte o limão e a laranja em rodela. Numa caçarola, aqueça a água e o açúcar. Adicione as cascas e as rodela de frutos e deixe cristalizar durante 10 minutos. Guarde as rodela e corte as cascas.

- 5 Bata as natas até formar uma mousse. Envolver, suavemente, com o preparado e adicione as cascas.
- 6 Coloque uma película transparente no fundo da forma redonda para bolos. Verta a delícia de chocolate para a forma e coloque-a no frigorífico durante cerca de 6 horas.
- 7 Desenforme e decore com 2 rodela de laranja e 2 rodela de limões cristalizados. Coloque o restante em volta do prato. ALERTA: leia devidamente o rótulo de todos os ingredientes para garantir que são efetivamente isentos de glúten.