



Sobremesas Bolos

## Semifrio de Chocolate e Morango

🕒 45 min. 🟢 Fácil 🏠 Económico 🍴 10 doses

### Ingredientes

120 g de açúcar em pó  
120 g de farinha  
1 pitada de sal  
1 0 laranja  
500 g de morangos  
4 0 ovos  
1 0 clara de ovo  
150 ml de Natas LONGA VIDA batidas  
3 folhas de gelatina

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	179,2 kcal	9%*
<b>Proteínas</b>	4,3 g	9%*
<b>Lípidos</b>	2,3 g	3%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	28,2 g	11%*

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

### Preparação

- 1 Pré-aqueça o forno com o termostato na posição 6 (180° C).
- 2 Para o bolo: bata 4 ovos inteiros e o açúcar com a batedeira elétrica durante pelo menos 5 minutos, a mistura deve ficar espumosa. Adicione a farinha passada por um coador, a raspa de laranja, o sal e mexa suavemente.
- 3 Deite a mistura numa forma redonda de mola com cerca de 20 cm de diâmetro, previamente untada e polvilhada com farinha e leve ao forno a cozer durante 25 minutos, aproximadamente. Desenforme, corte ao meio e coloque novamente a parte de baixo na forma forrada com película aderente.
- 4 Derreta o chocolate em banho maria, deixe arrefecer um pouco e adicione as natas batidas para obter um creme. Espalhe sobre a base do bolo e cubra com a outra parte. Coloque no frigorífico durante 30 minutos,

aproximadamente.

- 5 Misture os morangos e adicione a gelatina derretida, previamente passada por água fria. Aqueça durante alguns minutos para ficar bem misturada. Cubra o bolo com esta gelatina de morango e deixe arrefecer durante pelo menos 1 hora no frigorífico.