

Sobremesas Sem Lactose

Pão de Ló de Chocolate

90 min. Fácil Económico 10 doses

Ingredientes

6 ovos
300 g de açúcar
90 g de farinha
50 g de Achocolatado Nesquik
raspa de meia laranja q.b.

Informação nutricional

Energia	202,1 kcal	10%*
Proteínas	3,9 g	8%*
Lípidos	2,5 g	4%*
Hidratos de Carbono	41,0 g	16%*

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

Preparação

1. Comece por pré aquecer o forno a 180ºC. Forre uma forma redonda de 22 cm com papel vegetal e reserve.
2. Numa taça coloque os ovos e o açúcar. Bata durante 10 minutos com a batedeira eléctrica até obter um creme fofo e volumoso.
3. Acrescente a raspa de laranja e metade da farinha peneirada. Envolva muito bem sem bater. Acrescente o resto da farinha peneirada.
4. Por fim acrescente o achocolatado Nesquik peneirado e envolva tudo muito bem e de forma cuidadosa.
5. Verta a massa para a forma e leve ao forno a cozer por cerca de 50 minutos.
6. Retire e deixe arrefecer antes de servir.