



Sobremesas

Receitas de Chocolate

Bavaroise de Chocolate

🕒 45 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 8 doses

Ingredientes

1 chávena de chá de manteiga
1 chávena de chá de açúcar
6 ovos
1 chávena de chá de leite
1 chávena de chá de farinha de trigo
1 chávena de chá de cacau em pó
1 c. de sopa de fermento em pó
Chocolate de Leite NESTLÉ q.b.

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 476,5 kcal | 24%* |
| Proteínas | 10,8 g | 22%* |
| Lípidos | 27,5 g | 39%* |
| Hidratos de Carbono | 47,1 g | 18%* |

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

Preparação

- 1 Bata com a batedeira a manteiga e o açúcar.
- 2 Junte as gemas, uma a uma, até obter um creme homogéneo.
- 3 Adicione aos poucos o leite.
- 4 Desligue a batedeira e adicione a farinha de trigo, o cacau em pó, o fermento e reserve.
- 5 Bata as claras em castelo e junte-as à massa de chocolate misturando delicadamente.

6 Distribua por recipientes pequenos e leve ao forno médio pré-aquecido (180°C) por aproximadamente 30 minutos.

7 Decore com pedaços de chocolate e sirva.