



Sobremesas

Receitas de Chocolate

## Creme de Chocolate e Iogurte

🕒 20 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 6 doses

### Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas  
2 c. de sopa de manteiga  
4 gemas de ovo  
2 c. de sopa de licor de laranja  
2 iogurtes LONGA VIDA Natural  
50 g de açúcar em pó  
1 embalagem de Natas LONGA VIDA  
raspas de chocolate para decorar q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	420,5 kcal	21%*
<b>Proteínas</b>	5,5 g	11%*
<b>Lípidos</b>	19,8 g	28%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	36,4 g	14%*

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

### Preparação

- 1 Parta o chocolate em pedacinhos.
- 2 Coloque-os num tacho.
- 3 Junte a manteiga e leve o chocolate a derreter, ao lume, em banho-maria.
- 4 Fora do lume, bata o chocolate, de modo a obter um creme liso e brilhante.
- 5 Junte ao creme de chocolate as gemas, uma a uma, batendo entre cada adição.

- 6 Junte o licor de laranja e o iogurte, previamente batido com o açúcar.
- 7 Bata as natas até dobrarem de volume.
- 8 Incorpore-as cuidadosamente no creme anterior.
- 9 Deite o creme de chocolate numa taça de vidro e leve ao frigorífico até à altura de servir.
- 10 Decore com as raspas de chocolate.
- 11 Sugestão: Se preferir, poderá substituir o licor de laranja por raspa de laranja.