



Receitas de Sobremesas

Doces de Colher

Flan de Chocolate e Frutos Vermelhos

🕒 20 min.

👤 Fácil

€ Económico

✂ 4 doses

Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
1 embalagem de Natas LONGA VIDA
1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
100 g de doce de frutos vermelhos
1 gema de ovo
50 g de manteiga

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|------------|------|
| Energia | 902,7 kcal | 45%* |
| Proteínas | 11,6 g | 23%* |
| Lípidos | 38,6 g | 55%* |
| Hidratos de Carbono | 101,9 g | 39%* |

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

Preparação

Em banho-maria, comece por derreter o chocolate partido em pedaços com a manteiga.

- 2 Junte as natas, o leite condensado e o doce de frutos vermelhos, mexendo sempre até ficar um creme homogéneo.
- 3 Deite em pequenas formas de pudim e leve ao frio até solidificar.
- 4 Desenforme e decore com frutos vermelhos a gosto e raspas de chocolate Nota: Para desenformar molhe a forma em água quente.