

Sobremesas | Sobremesas com Fruta

# Chupa-Chupas Gelados de Chocolate e Banana

10 min. | Fácil | Económico | 10 doses

## Ingredientes

- 1 lata de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
- 170 g de Chocolate de Leite NESTLÉ Extrafino
- 1 banana
- 100 ml de sumo de laranja natural

## Informação nutricional

| | | |
|---|---|---|
| **Energia** | 228,0 kcal | 11%* |
| **Proteínas** | 4,2 g | 8%* |
| **Lípidos** | 8,7 g | 12%* |
| **Hidratos de Carbono** | 33,2 g | 13%* |

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

## Preparação

1. Derreta o Chocolate de Leite NESTLÉ Extrafino no microondas ou em banho-maria.
2. Misture o Leite Condensado Tradicional NESTLÉ, o chocolate derretido, o sumo de laranja e a banana.
3. Deite o preparado anterior numa forma para fazer bolas de gelo (ou cubos) e leve a congelar 4 horas.
4. Retire da forma os chupas gelados pelo menos 2 minutos antes de servir e espete-lhes palitos de madeira.