



Sobremesas

Doces de Colher

## Flan de Chocolate

🕒 10 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 14 doses

### Ingredientes

100 g de Chocolate Preto NESTLÉ SOBREMESAS 70% Cacau  
370 g de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
4 ovos M  
80 g de açúcar

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	167,7 kcal	8%*
<b>Proteínas</b>	4,1 g	8%*
<b>Lípidos</b>	6,7 g	10%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	22,5 g	9%*

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

### Preparação

- 1 Coloca o açúcar numa frigideira até ficar em caramelo de cor clara. Verte o caramelo em pequenas formas de flans.
- 2 Numa panela aquece o leite condensado tradicional NESTLÉ, 400 ml de água e o chocolate preto NESTLÉ SOBREMESAS 70% Cacau partido em bocadinhos. Mexe até derreter.
- 3 Retira a panela do lume e quando o preparado estiver morno, adiciona os ovos batidos e bate tudo novamente.
- 4 Coa e verte o preparado nas forminhas. Coze os flans no forno a 180°C, em banho maria, até que tenham coalhado, cerca de 50 min.
- 5 Deixa arrefecer no frigorífico.