



Sobremesas

Sobremesas com Fruta

## Tangerina com Chocolate Preto

🕒 22 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍽️ 16 doses

### Ingredientes

200 g de Chocolate Preto 70% NESTLÉ SOBREMESAS  
4 tangerinas  
30 g de amêndoas trituradas  
30 g de pistachos sem sal  
20 g de coco ralado

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 110,7 kcal | 6%*  |
| <b>Proteínas</b>           | 2,1 g      | 4%*  |
| <b>Lípidos</b>             | 8,5 g      | 12%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 6,1 g      | 2%*  |

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

### Preparação

- 1 Descasque as tangerinas e separe os gomos;
- 2 Parta o Chocolate Preto 70% NESTLÉ SOBREMESAS em pedaços e derreta em banho maria ou no micro-ondas
- 3 Mergulhe os gomos de tangerina até metade no Chocolate Preto 70% NESTLÉ SOBREMESAS.
- 4 Polvilhe com coco ralado, amêndoas ou pistácio. Deixe arrefecer até ao momento de servir.