

Nem sei explicar quão bom ficou esse Bolo de Cenoura com calda de chocolate super low carb! Simplesmente delicioso. Tudo para matar o desejo de um bolo sem extrapolar na quantidade de carboidrato.

Utilizei farinha de amêndoas (porque comprei a um preço em conta...) mas sei que na maior parte do Brasil, a farinha de amêndoas é cara.

Então, a sugestão de substituição é farinha de coco ou de alguma castanha. Seu lanche vai amar ter essa receita como opção saudável!



Vamos à receita?

4.5 from 11 reviews

BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CHOCOLATE (LOW CARB)

Autor: Nathália Araujo

Categoria: Doces

Tempo de Preparo: 20 mins

Tempo de Cozimento: 40 mins

Tempo Total: 1 hora

Rendimento: 10 fatias

Ingredientes

- 2 cenouras cruas sem casca
- ½ xícara de azeite de oliva
- 4 ovos
- 2 xícaras de farinha de amêndoas (ou de coco)
- 2 colheres (sopa) de adoçante culinário
- 1 colher (sopa) de fermento químico
- Ingredientes p/ a calda de chocolate:



- 200ml de leite de coco
- 1 colher (sopa) de cacau em pó
- 2 colheres (sopa) de adoçante culinário

Como faz?

1. Em um liquidificador, coloque as cenouras, o azeite e os ovos. Bata por 5 minutos até obter uma espécie de creme de cenoura.
2. Em uma tigela, misture a farinha de amêndoas, o adoçante culinário e o fermento químico. Despeje o creme de cenoura e misture aos ingredientes secos.
3. Arrume a massa do bolo em uma forma untada e enfarinhada.
4. Leve para assar em forno médio, preaquecido, por 40 minutos.
5. Em uma tigela pequena, misture o leite de coco, com o cacau em pó e o adoçante.
6. Leve para o micro-ondas por 2 minutos, de 30 em 30 segundos para não derramar.
7. Após desenformar o bolo, cubra com calda de chocolate e polvilhe farinha de amêndoas (opcional).
8. Sirva ou conserve na geladeira por 5 dias.

Gostou da receita? Compartilhe esta maravilha!

#cozinhafitefat

[Wordpress Recipe Plugin by EasyRecipe](#)

Atenção: Todas as imagens dos posts são o resultado de um trabalho rotineiro e muito importante para mim. Evite copiar as figuras para usar em seu blog ou site. Caso contrário, peço que use referência.