

Segunda-feira é dia de....? AMAR. Gente, olha isso!

Um Bolo de Cenoura cobertíssimo com Brigadeiro Funcional tipo ganache.

Não é pra morrer de amores e continuar vivendo?

Essa combinação é uma das melhores no mundo dos bolos. Então aproveitem que essa versão é
FIT e saudável.

Depois me conta o que vocês acharam do brigadeiro...



Vamos à receita?

5.0 from 1 reviews

BOLO DE CENOURA COM BRIGADEIRO FUNCIONAL TIPO GANACHE

Autor: Nathália Araujo

Categoria: Bolos Saudáveis

Tempo de Preparo: 3 horas

Tempo de Cozimento: 25 mins

Tempo Total: 3 horas 25 mins

Rendimento: Serve 3 pessoas

Ingredientes

- Para o bolo:
- 2 ovos
- 1 cenoura descascada
- 2 colheres (sopa) de óleo de coco
- 3 colheres (sopa) de creme de leite light
- 3 colheres (sopa) de adoçante culinário
- 3 colheres (sopa) de farinha de coco
- 1 colher (sobremesa) de fermento químico
- Para o brigadeiro funcional tipo ganache:
- 300g de chocolate amargo (80%) picado
- 2 colheres de sopa de biomassa de banana verde
- 2 colheres (sopa) de ghee
- ½ xícara de leite vegetal (usei de amendoim mas pode ser de coco)

Como faz?

1. No liquidificador, coloque todos os ingredientes do bolo e bata por 2 minutos.
2. Unte e enfarinhe uma tigela de cereal.
3. Leve ao forno médio, pré-aquecido a 180C, por 25 minutos ou micro-ondas por 5 minutos
4. Prepare o brigadeiro funcional tipo ganache:
5. Em uma panela, coloque a biomassa e o leite vegetal. Ligue em fogo baixo e misture até virar um creme.
6. Derreta o chocolate e acrescente na biomassa.
7. Bata tudo num mixer ou liquidificador até ficar cremoso.
8. Por último, incorpore a manteiga ghee.
9. Reserve na geladeira por 2 horas até que esfrie e engrosse levemente.
10. Cubra o bolo com Brigadeiro Funcional e polvilhe Nibs de Cacau (opcional).
11. Olha que maravilhoso e fácil!

Gostou da receita? Compartilhe esta maravilha!

#cozinhafitefat #foodmakers

[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.