

# BOLO DE CENOURA DIET

## INGREDIENTES

2 cenouras médias picadas  
2 ovos  
1 xícara (chá) de leite desnatado em temperatura ambiente  
1 xícara (chá) de adoçante tal & qual  
1/2 xícara (chá) de óleo (eu usei de milho)  
1 xícara (chá) de farinha de arroz  
1 xícara (chá) de farelo de aveia  
1 colher (sopa) de fermento em pó  
Brigadeiro  
2 colheres (sopa) de biomassa  
1 e 1/2 xícara (chá) de leite desnatado fervendo  
2 colheres (sopa) de cacau em pó (eu usei 70%)  
2 colheres (sopa) de adoçante culinário

## MODO DE PREPARO

Bolo:

Bata tudo no liquidificador, começando pelos líquidos.

Leve para assar em uma assadeira untada e enfarinhada em forno médio, até o ponto que o palito sair limpo.

Brigadeiro:

Bata tudo no liquidificador por 3 minutos.

Leve ao fogo para engrossar.

Quando desprender do fundo da panela, está pronto.

Deixe esfriar e jogue sobre o bolo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15807-bolo-de-cenoura-diet.html>