BOLO DE CACAU LOW CARB

INGREDIENTES

2 ovos

1 xícara (chá) açúcar de coco ou stévia

2 colher (sopa) óleo de coco

1 e 1/2 xícara (chá) farinha de coco

1/2 xícara (chá) de farinha de linhaça dourada

2 colheres (sopa) de farinha de amêndoas (opcional) pode ser outra ou coco ralado sem açúcar

1 xícara (chá) de leite de coco ou outro vegetal ou água mesmo

10 gotas de essência de baunilha ou amêndoa ou rum

2 colheres (sopa) de passas (opcional)

1 colheres (sopa) de amêndoas laminadas (opcional) deixa crocante

1 colher (sopa) de fermento químico em pó

MODO DE PREPARO

Bata os ovos junto com o açúcar de coco e o óleo de coco até ficar homogêneo (pode usar ghee).

Use stevia refinada para 0% açúcar.

Acrescente as farinhas e misture bem.

Acrescente o leite (use de coco, água ou qualquer outro vegetal para 0% lactose).

Misture a essência, passas e as amêndoas (tudo opcional) e misture bem.

Acrescente o fermento e misture lentamente (jamais use batedeira ou liquidificador para bater a massa, ela não fica muito líquida).

Use uma forma redonda média de aproximadamente 25-30 cm.

Unte com manteiga ghee ou óleo de coco e polvilhe farinha de amêndoas (fica uma casquinha deliciosa depois de assado).

Asse por 20 minutos em forno médio (180° C).

É bem rápido, mas espete um garfo para ver se está assado.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17740-bolo-de-cacau-low-carb.html