

BOLO DE CHOCOLATE SAUDÁVEL DE VERDADE

INGREDIENTES

7 ovos

4 colheres (sopa) de cacau em pó

10 colheres (sopa) de açúcar mascavo

6 colheres (sopa) de óleo de coco

50 g de coco ralado sem açúcar

1 colher (sopa) cheia de fermento em pó

2 colheres (sopa) de mel puro (opcional)

MODO DE PREPARO

Unte uma assadeira pequena com óleo de coco e cacau em pó.

Preaqueça o forno a 230°C.

Pegue os ovos e separe as gemas das claras.

Peneire as gemas (para retirar o gosto e cheiro de ovo).

Coloque os ovos (claras e gemas peneiradas), o cacau em pó, o açúcar mascavo e o óleo de coco no liquidificador e bata tudo em velocidade máxima.

Ainda no liquidificador, aos poucos, adicione o coco ralado.

Em velocidade baixa, adicione o fermento em pó (ou pode desligar e misturar com uma colher).

Coloque a mistura na forma untada e espalhe o mel.

Leve ao forno pré aquecido por 35 minutos, a 230°C.

Sirva frio com cobertura de mel.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26325-bolo-de-chocolate-saudavel-de-verdade.html>