

# BOLO DE ABÓBORA COM COCO INTEGRAL NO LIQUIDIFICADOR

## INGREDIENTES

### CALDA:

Calda: 1 copo de leite

1 copo de açúcar mascavo

5 colheres de cacau alcalino

1 e 1/2 colheres de amido de milho

1 pitada de sal

## MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador, menos as farinhas (trigo integral, aveia e fermento) e o coco.

Usei a abóbora com casca e tudo, mas fica a seu critério usar ou não a casca e qual abóbora, no meu caso usei a japonesa.

Reserve uma vasilha e misture as farinhas.

Depois coloque o conteúdo do liquidificador, misture delicadamente.

Coloque em forno preaquecido por 40 minutos ou o quanto baste para ficar "moreno".

A forma pode ser untada como de costume, mas eu usei óleo de girassol e polvilhei açúcar mascavo.

Para a calda, coloque todos os ingredientes na panela e leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Dilua o amido antes, numa pequena parte do leite e depois coloque na panela.

Despeje por cima do bolo e bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27909-bolo-de-abobora-com-coco-integral-no-liquidificador.html>