

# BOLO FOFO DE CENOURA - LIGHT

## INGREDIENTES

### BOLO:

Bolo:  
4 ovos inteiros  
40 gotas de zero cal  
1/2 xícara de óleo de azeita/soja  
2 xícaras de massa do trigo integral  
1 cenoura grande ou 2 médias  
1 colher (chá) de fermento royal

### CALDA:

Calda:  
1 xícara de leite desnatado  
2 colheres de margarina light sem sal  
4 colheres de achocolatado em pó (pode ser o light)

## MODO DE PREPARO

### BOLO:

Bolo:  
Bata ovos, açúcar, óleo e cenoura no liquidificador, até triturar as cenouras.  
Coloque em outro recipiente (pode ser batedeira), a massa de trigo e despeje o conteúdo do liquidificador.  
Bata até formar uma massa de bolo.  
Acrescente o fermento e misture bem.  
Leve ao forno preaquecido, em 290 à 260°C, depois de 20 minutos diminua para 250 à 220°C e deixe completar os 40 minutos.  
Não abra o forno antes dos 30 minutos e para verificar enfie um garfo, se sair limpo seu bolo está no ponto.

### CALDA:

Calda:  
Em uma panela, coloque todos os ingredientes e misture até ferver.  
A calda fica mole, mas fica gostosa.