

BOLO FOFINHO DE CENOURA DIET

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:
4 claras
4 gemas
2 cenouras
1 xícara de farinha de trigo
1 xícara de farinha integral
1 xícara de adoçante forno e fogão
1/4 xícara de óleo de canola ou de soja
50 ml de leite
margarina para untar a forma

CALDA:

Calda:
suco de 2 laranjas
1 colher (sopa) amido de milho
2 colheres (sopa) adoçante forno e fogão

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa:
Na batedeira bata as claras em neve e reserve.
Rale as cenouras no lado mais grosso do ralador (como se fosse colocar em salada) e reserve.
Em uma vasilha coloque a farinha integral, farinha de trigo e o adoçante e misture, acrescente as gemas e o óleo.
Continue mexendo e vá acrescentando aos poucos o leite.
Acrescente o fermento em pó mexa mais um pouco.
Em seguida incorpore as claras à massa.
Unte uma forma de furo no meio somente com margarina.
Despeje a massa na forma e leve ao forno por meia hora ou até dourar.
Deixe amornar, desenforme e reserve.

CALDA:

Calda:
Em uma panela coloque o suco de laranja, o adoçante e o amido de milho.

Misture e leve ao fogo médio até engrossar.

Coloque a calda morna sobre o bolo e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/46554-bolo-fofinho-de-cenoura-diet.html>