Carolina Zambarda
Nutricionista · 19629D

BOLO SIMPLES COM CALDA DE LIMÃO

Doces

45 minutos
14 porções

INGREDIENTES

- 250 gramas de manteiga sem sal amolecida OU margarina
- 250 gramas de açúcar
- 250 gramas de farinha de arroz integral OU farinha de trigo
- 2 colheres de chá de fermento em pó
- 4 ovos
- Raspas e suco de 1 limão-siciliano
- Manteiga (o suficiente) para untar
- Calda de limão: raspas e suco de 2 limões-sicilianos
- 200 ml de creme de Leite fresco
- 100 gramas de açúcar cristal

MÉTODO DE PREPARO

1º Unte e forre com papel-manteiga uma forma média retangular.

2º Misture todos os ingredientes do bolo, no processador ou manualmente, até a massa ficar leve e fofa.

3º Coloque a mistura na assadeira e leve-a ao forno preaquecido em temperatura média (180 °C) por 35 minutos ou até dourar e firmar. Tire do forno e deixe esfriar.

4º Desenforme. Faça furos em toda a superfície do bolo. Misture os ingredientes da calda e despeje sobre o bolo. Para enriquecer o paladar, você pode também decorar o bolo com raspas de limão-siciliano.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (97 g)	% DDR
ENERGIA	358 kcal	347 kcal	17 %
CARBOIDRATOS	41 g	40 g	13 %
PROTEÍNA	3 g	3 g	4 %
GORDURA	21 g	20 g	37 %
GORDURAS SATURADAS	12 g	11 g	52 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	1 g	3 %
SÓDIO	100 mg	97 mg	4 %