



## BOLO DE CENOURA BÁSICO

Bolo de cenoura sem cobertura para acompanhar com café

 6.8 porções

## INGREDIENTES

- 3 unidades médias de cenoura [300 g]
- 300 gramas de açúcar
- 180ml de óleo de girassol
- 330 gramas de farinha de trigo
- 2 colheres de sopa de fermento químico em pó [20 g]

## MÉTODO DE PREPARO

1º No liquidificador coloque as cenouras cortadas em rodela, acrescente os ovos, óleo e o açúcar e bata por 3 min. Em uma tigela coloque a farinha de trigo e o fermento e misture. Acrescente a mistura do liquidificador e mecha até misturar tudo e ficar uma massa homogênea. Unte a forma com óleo, coloque a massa e leve ao forno a 180 graus por 35 a 40 min.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR FATIA [160 g]	% DDR
ENERGIA	360 kcal	575 kcal	29 %
CARBOIDRATOS	55 g	88 g	29 %
PROTEÍNA	3 g	5 g	7 %
GORDURA	15 g	23 g	43 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	3 g	12 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	2 g	9 %
SÓDIO	207 mg	331 mg	14 %