



## RECEITA DE BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN

Receita de Luciano Bruno

 12 porções

### INGREDIENTES

- 140 gramas de farinha de arroz [1 chávena]
- 100 gramas de farinha de amêndoa [1 chávena]
- 100 gramas de açúcar amarelo [1 chávena]
- 3 unidades de ovo de galinha inteiro cru [234 g]
- 200 gramas de bebida de arroz e coco Shoyce 0%
- 50 gramas de manteiga sem sal
- 80 gramas de óleo de coco
- 3 colheres de sopa rasas de cacau em pó [27 g]
- 1/2 colher de café de bicarbonato de sódio e 30 gotas de extrato de baunilha concentrado
- 1 colher de sopa de fermento químico em pó
- 100 gramas de chocolate de culinária preto (>80% cacau)
- 150 gramas de bebida de amêndoa

### MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Na batedeira, bater o açúcar, os ovos, a manteiga derretida e o óleo de coco.
- 2º Em seguida, adicionar as farinhas, o bicarbonato e bater até homogeneizar. Ao final, adicione a bebida de coco, o cacau e a baunilha e misture. Depois de obter massa homogênea, adicione o fermento e mexa levemente.
- 3º Depois de obter massa homogênea, adicione o fermento e mexa levemente. Leve ao forno pré-aquecido a 180C por mais ou menos 40 minutos.
- 4º Para preparar a cobertura: Em banho-maria, derreta o chocolate, adicione a bebida de amêndoas e mexa até ficar homogêneo. Se gostar da cobertura mais grossa use apenas 100mL de leite de amêndoas

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (97 g)	% DR
ENERGIA	308 kcal	300 kcal	15 %
PROTEÍNA	6 g	6 g	12 %
H. CARBONO	25 g	24 g	9 %
AÇÚCARES	14 g	13 g	15 %
GORDURA	21 g	21 g	29 %
GORDURAS SATURADAS	11 g	11 g	54 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	1 g	4 %
SÓDIO	146 mg	142 mg	6 %